

Augustus 2025 – Jaargang 2, nummer 8

Wij **Zêêuwen**

E-magazine van Senioren Regio Zeeland,
onderdeel van Senioren Brabant-Zeeland.



P.6
**Geluk is niets meer
dan een goede
gezondheid en een
slecht geheugen**



P.15
**‘Het is heilzaam actie af te
wisselen met meditatie;
inspanning met
ontspanning’**

P.24
**Als mensen hun waarden
opsporen en verhelderen, dan
brengen ze zich naar het
waardevolle van verhalen**

P.27
**Bij officiële evenementen
lopen ‘de prinsen’ in een
rode toga**

Info



‘Wij Zêêuwen’
is een uitgave van
Senioren-Zeeland

Blijf ons ondertussen ook volgen op:

 facebook.com/kbo.zeeland.3
en 

Voor al het andere nieuws vanuit
Senioren-Zeeland kijkt u op
onze website

<https://senioren-zeeland.nl>

Redactie Wij Zêêuwen:

Jan van den Boom
Lillianne van der Ha
Rob Rijkschroeff

E-mailadres redactie:
wijzeeuwenzeeland@gmail.com

Art Direction

Jan van den Boom

Het toesturen aan ‘Wij Zêêuwen’
van foto’s en teksten impliceert
toestemming tot publicatie.
Toegestuurde teksten worden niet
automatisch geplaatst.

Indien u als afdeling iets te melden
hebt voor ‘Wij Zêêuwen’
of de digitale ‘Wij Zêêuwen’ niet
meer wenst te ontvangen, dan
kunt u dit melden via e-mail:
wijzeeuwen@zeelandnet.nl

Kijk voor het laatste nieuws
op de websites van
www.senioren-zeeland.nl of
www.seniorenbrabantzeeland.nl

Voorwoord

Beste lezers,

Helaas brengt de actualiteit soms wat minder prettige berichten met zich mee. Zo is Ton Roumen, onze vaste columnist rond zingeving en spiritualiteit, begin deze maand getroffen door een hersenbloeding. Al zijn meditatiebijeenkomsten, retraites en schrijfwerkzaamheden zijn per direct stil komen te liggen. Zijn vrouw biedt de redactie wel de mogelijkheid oudere columns van zijn hand te publiceren. In die columns ligt een schat aan wijsheid en bemoediging, dus wij gaan zeker gebruik maken van dat genereuze aanbod. Ook als eerbetoon aan Ton natuurlijk. Ondertussen wensen wij Ton een voorspoedig herstel.

Ons hoofdartikel spreekt over een Positieve Gezondheid voor iedereen. Daarbij wordt niet alleen op de afwezigheid van ziekte en klachten gedoeld, maar ook op veerkracht, zingeving en de manier waarop we elkaar kunnen inspireren én activeren om iets te doen aan onze eigen en elkaars Positieve Gezondheid.

Met de Positieve Gezondheid van Wij Zêêuwen lijkt het wel goed te zitten, niet in de laatste plaats vanwege de vele bijdragen uit de afdelingen.

Kijkend naar de Magazines vanaf januari 2025 is er sprake van een constante stroom van afdelingsverslagen. Ten opzichte van 2024 is er zelfs een zekere groei merkbaar. En dan hebben we het nog niet eens over de kwaliteit van de afdelingsbijdragen: altijd zeer lezenswaardig!

Ons blad is met recht een blad vóór en dóór de lezers!

Veel leesplezier.

Inhoud



5



11



20



25



32

- 2 Info Voorwoord
- 3 Inhoud

Algemeen

- 4 Positieve gezondheid voor iedereen
- 6 Tien gezondheidsblikken

Activiteit Senioren Regio Zeeland

- 7 Commissie Mens en Religie

Rubriek 'Kunst in Zeeland'

- 8 'Het geeft de juiste vrijheid aan mijn penseel'

Activiteit afdeling

- 11 Met de MuseumPlusBus op pad

Rubriek 'Natuur in Zeeland'

- 12 Langs de Oosterschelde: van Dijkhuis naar Blauwe put

Column Ton Roumen

- 15 Ik wil rust

Het Rijke Roomse Leven

- 16 Het heilig sacrament van de biecht

Beeld in beeld 10

- 18 De Nederlandse Maagd, Eede

Activiteit afdeling

- 21 De Langste Tafel in Hulst

Algemeen

- 22 Het verhaal blijven vertellen
- 25 Doe mee met de World Cleanup Day

Hersenspinsel

- 26 Pausen

Algemeen

- 28 Eenzaamheid in relatie tot gezondheid
- 30 Erme Job, derde bedrijf
- 32 Laat ze niet binnen wat ze ook verzinnen
- 34 Rabo ClubSupport

Rubriek: Senioren Eropuit!

- 36 Tentoonstelling in Stadsmuseum Zierikzee

Augustus 2025

Positieve **Gezondheid** voor iedereen

*Gezondheid is breder dan de afwezigheid van ziekte en klachten. Elementen als veerkracht, zingeving en zelfmanagement staan steeds meer centraal. Wat heb je nodig om je gezonder en veerkrachtiger te voelen?
Met Positieve Gezondheid krijg je inzicht in wat voor jou belangrijk is.*



Kennis over Positieve Gezondheid

Institute for Positive Health (iPH) is het expertise-centrum voor Positieve Gezondheid. Het is zijn missie om de beweging rond Positieve Gezondheid te stimuleren, versterken en versnellen. Dit doet het centrum door kennis over Positieve Gezondheid te delen.

Onderzoeken, nieuws, magazines, nieuwsartikelen, evaluatiemethoden en wetenschappelijke publicaties vind je in de kennisbank. Deze wordt continu uitgebreid met actuele, relevante informatie.



Week van de Positieve Gezondheid 2025

Van 22 t/m 27 september 2025 vindt de Week van de Positieve Gezondheid plaats. Organiseer een activiteit, deel inspirerende verhalen of zet een mooi initiatief in de schijnwerpers.

Ben je geïnteresseerd om als organisatie mee te doen en activiteiten te organiseren? Wil je vanuit jouw organisatie nog meer bijdragen aan een gezonder en veerkrachtiger Zeeland?

Samen houden we Zeeland gezond

Door goed voor onszelf en anderen te zorgen zijn we gezonder en gelukkiger. Zo is er minder vraag naar zorg en ondersteuning en dat betekent minder druk op de zorg. Op die manier blijft zorg en ondersteuning bereikbaar voor mensen die het nodig hebben.

‘[Samen houden we Zeeland gezond](#)’ geeft tips, adviezen en voorbeelden om een stap in de goede richting naar een gezond leven te zetten!

Doe dan mee! Of wil je op de hoogte blijven van het laatste nieuws over editie 2025? Stuur dan een e-mail naar info@positiefgezondzeeland.nl.



Blijf op de hoogte en ontvang nog meer inspiratie om gezond te leven en een bijdrage te leveren aan een gezond Zeeland.

Volg ons op [Facebook](#) en/of [Instagram](#).

Vragen?

Neem voor vragen over de Week van de Positieve Gezondheid contact op met info@positiefgezondzeeland.nl

September komt dichterbij – en daarmee ook de Week van de Positieve Gezondheid.

Van 22 t/m 27 september zetten we in heel Zeeland Positieve Gezondheid extra in het zonnetje! Dit in de vorm van allerlei leuke gratis activiteiten, voor en door iedereen in de provincie.

Maar liefst 75 organisaties in zorg en welzijn, gemeenten, (hoge)scholen, maatschappelijke organisaties en verenigingen bieden activiteiten aan voor inwoners, patiënten/cliënten, naasten en medewerkers.

Kortom, echt iedereen is welkom. Samen willen we alle Zeeuwen inspireren én activeren om iets te doen voor hun eigen Positieve Gezondheid – en die van hun omgeving. Iedereen is welkom!

We hopen dat jullie er net zo naar uitkijken als wij. Doe je (weer) mee?

Begin augustus maken we het programma bekend! Hou deze website dus goed in de gaten!

Bronnen:

<https://www.samenhoudenwezeelandgezond.nl/week-van-de-positieve-gezondheid/>
<https://www.iph.nl/>

Tien gezondheidsblikken

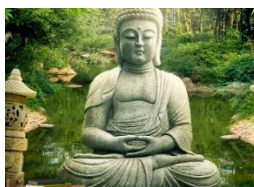
Bron: <https://citenet.net/quotes/metgezondheid.html>

'In de stad zie je veel mensen weinig. In een dorp weinig mensen veel. Dat laatste is beter voor je gezondheid.'



Lévi Weemoedt, Nederlands schrijver en dichter (geboren in 1948)

'Het is een plicht ons lichaam in goede gezondheid te houden, anders zullen we niet in staat zijn om onze geest sterk en helder te houden.'



Boeddha, Spiritueel leider, geboren als Siddhartha Gaudama (ca. 370 v. C.)

'Een entertainer moet precies zo alert zijn als een bokser. Je moet al 'gezondheid' roepen terwijl iemand uit je publiek zijn nies nog aan het prepareren is.'



Toon Hermans, Nederlands cabaretier, zanger en dichter (1916-2000)

'Met geluk is het net als met gezondheid: als je er niets van merkt, betekent het dat het er is.'



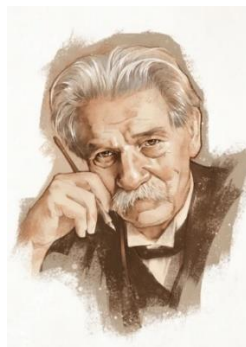
Iwan Toergenjewa, Russisch schrijver en dichter (1818-1883)

'We moeten, denk ik, veel eerder beginnen met het onderwijzen van onze kinderen in de geestelijke gezondheid van geweldloosheid.'



Alice Walker, Afro-Amerikaans schrijver en feministe (geboren in 1944)

'Geluk is niets meer dan een goede gezondheid en een slecht geheugen.'



Albert Schweitzer, medicus, theoloog en filosoof (1875-1965)

'Ik zou heel graag hebben dat iedereen zou zeggen: 'Ik heb genoeg'. Ik heb twee ogen zo kostbaar als diamanten, een mond om te zingen en te fluiten en een gezondheid die niet te betalen is. Ik heb genoeg.'



Phil Bosmans, Belgische pater en schrijver (1922-2012)

'Met de leeftijd komt het begrip en waardering voor uw belangrijkste bezit, uw gezondheid.'



Oprah Winfrey, Amerikaans TV-host en actrice (1954-)

'Het is misschien de grootste prestatie van het leven om op hoge leeftijd te leven, je verstand te behouden, je gevoel voor humor, je gezondheid en je charme.'



Yehudi Menuhin, Amerikaans/Brits violist, altviolist en dirigent (1916-1999)

'Elke keer als we gaan zitten om te eten, maken we een keuze. Kies alstublieft vegetarisme. Doe het voor de dieren, doe het voor het milieu en doe het voor uw gezondheid.'



James Baldwin, Amerikaans schrijver (1924-1987)

Commissie Mens en Religie

Sinds de oprichting van de commissie Mens en Religie in april 2022 zijn er verschillende activiteiten ontplooid, die in feite allemaal goed zijn ontvangen. Momenteel is de commissie bezig met de voorbereiding van de najaars-bijeenkomst.

Ontstaan

De wat ouderen onder u herinneren zich ongetwijfeld de ontmoetingsdagen in de Blauwe Hoeve in Hulst, georganiseerd door de toenmalige commissie Zingeving en Identiteit. Zo'n dag bestond in de regel uit een H. Mis waarin Tom Brooijmans de voorganger was, gevolgd door een smakelijke lunch en een middagactiviteit. Deze bijeenkomsten telden vaak wel honderd bezoekers.

Tom Brooijmans maakt met Lilianne van der Ha, Riek van Zeventer, Ron Nuytinck, Kees Rentmeester en ondergetekende deel uit van de commissie Mens en Religie. We organiseren een excursie in het voorjaar en een ontmoetingsmiddag in het najaar.

Excursies

Inmiddels zijn we op excursie geweest naar kloosters in Brecht en Meersel-Dreef (2023), gevolgd door een bezoek aan de abdij van Berne in 2024. Enkele maanden geleden bezochten we, opnieuw met een volledig gevulde bus, de basiliek van Scherpenheuvel en de abdij van Averbode.

Al deze excursies zijn positief ontvangen. Sterker nog: er is een vaste kern ontstaan die aan alle drie excursies heeft deelgenomen.

Ontmoetingsmiddagen

De ontmoetingsmiddagen in het najaar trekken in de regel zo'n 30 bezoekers. In november 2022 kwamen we in Sluiskil bij elkaar rond het thema 'Gespreks-partner Levensvragen' toen nog ondersteund door het landelijk KBO-kantoor uit Nieuwegein. Een jaar later volgde een bijeenkomst in Ovezande. Mariët de Landmeter hield daar een inleiding over 'Omgaan met dementie als mantelzorger'. En ook de bijeenkomst in november 2024 over Rouw en Verlies in Sluiskil heeft op veel mensen indruk gemaakt.



'Sterftalks, spreken over rouw'

Samenwerking met Brabant

Bij de voorbereiding van de ontmoetingsmiddag van november 2025 krijgen we de hand toegereikt van het bureau van Senioren Brabant/Zeeland in Den Bosch.

Het blijkt dat ze daar met een groot(s) project bezig zijn, genaamd 'Sterftalks, spreken over rouw'. Dit project wordt begin oktober vanwege de week voor de palliatieve zorg uitgezet in alle vijf kringen van Senioren Brabant/Zeeland.

U kunt alvast noteren waar en wanneer het voor Zeeland gaat plaatsvinden: op woensdag 8 oktober van 10.00 tot 12.00 uur in Sluiskil. In het septembernummer van Wij Zêëuwen volgt informatie over de inschrijving voor deze bijeenkomst.

*Rob Rijkschroeff,
voorzitter commissie Mens en Religie*

Rubriek 'Kunst in Zeeland'

Francesco Antonietti

'Het geeft
de juiste vrijheid
aan mijn penseel'

‘Mijn vader was naast tandarts een fervent en fanatiek kunstschilder. Wat dat betreft heb ik de passie voor tekenen niet van een vreemde. Overigens is mijn hele, in de zeventiende eeuw uit Italië gekomen, familie kunstzinnig. Ik groeide op in Aerdenhout en tekende al op zeer jonge leeftijd; wat wil je met zo’n schilderende vader. Zo ontdekte ik al heel vlug de onbegrensde en onbekende mogelijkheden bij het schilderen. Ik maakte mijn vader vaak mee als hij thuis aan het schilderen was en ik de geur van olieverf opsnoof.



Na de HBS werd ik, na een studie Tekenen en Kunstgeschiedenis in Eindhoven, tekenleraar met uiteraard ook kunstgeschiedenis in mijn lessenspakket. Daarna wilde ik meer zelfstandig zijn en heb ik lesgegeven op diverse plaatsen, onder meer in Engeland. Daar leerde ik mijn huidige vrouw, Andrea Cook, kennen. Zij is architecte en ook begenadigd kunstschilder.

Nadat we het besluit hadden genomen ook in Nederland een opleidingsinstituut voor kunst en alle bijbehorende technieken op te zetten, zijn we in 2003 op Tholen terechtgekomen. Het eiland trok ons aan door enerzijds zijn pittoreske karakter en anderzijds zijn ligging midden in de Delta met al zijn natuur. Later zijn we naar Middelburg verhuisd.



Het schilderen geeft me een innerlijke stilte, tevredenheid en een mystiek gevoel. Ik verbeeld geen mensen in mijn schilderijen. Daarmee zou het een apart verhaal worden; ik wil daardoor niet worden afgeleid.

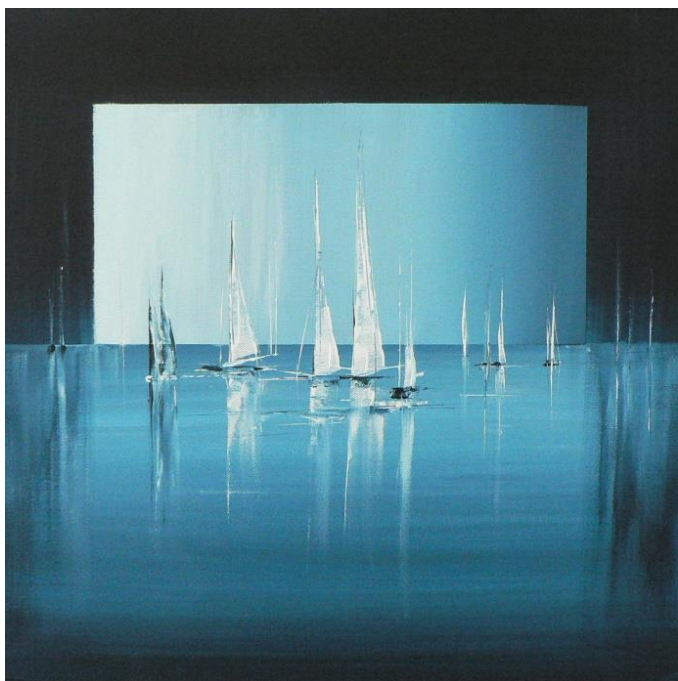
Waar mijn hart naar uitgaat

In het landschap valt voor mij meer dan genoeg te ontdekken. Ik schilder het liefst met veel kleurschakeringen, het onverwachte. Met sprankelende lichteffecten, maar soms met deels afwezigheid van licht, met duisternis en veel schaduweffecten.

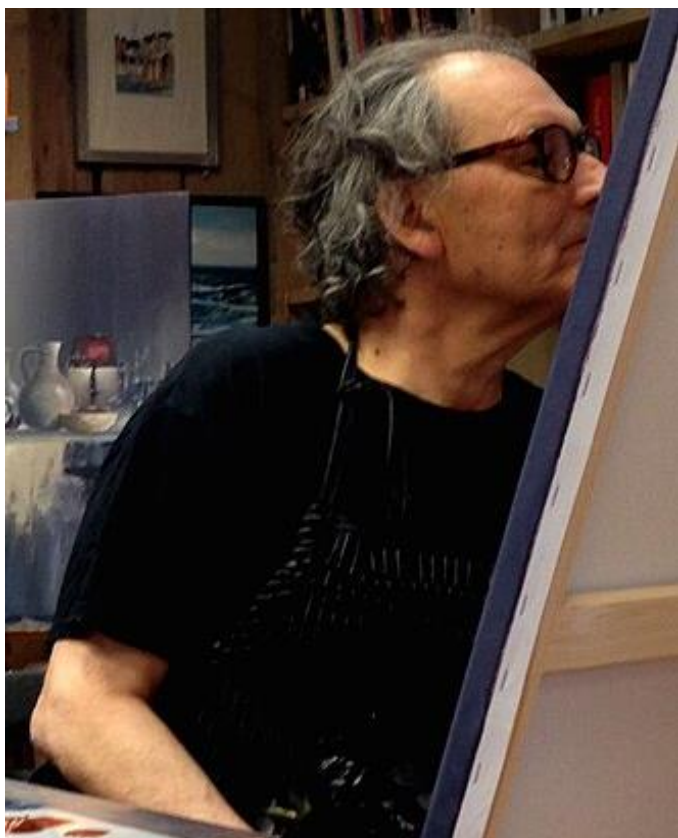
Ik hou van het spelen met licht, de ongereptheid en directheid van de natuur in al zijn vormen. Het is prachtig om dát te kunnen schilderen waar mijn hart naar uitgaat. Het geeft me een grote mate van bevrediging. De zee en de duinen boeien mij het meest. De zee is altijd in beweging en het is een uitdaging om dat op het schilderdoek vast te leggen. Ik maak veel schetsen van de zee en duinen bij Domburg of op de Kop van Schouwen. Thuis in ons atelier werk ik die uit.



Ik ben soms, raar genoeg, een toeschouwer bij mijn schilderen. Ik voeg elementen toe aan mijn composities of laat ze juist weg. Soms ben ik verwonderd over wat onverwacht, niet gepland, ontstaat. Het geeft de juiste vrijheid aan mijn penseel. Ik werk vaak aan twee of drie doeken tegelijk. Daardoor kan ik het gemaakte even laten bezinken en krijg ik er weer een frisse kijk op voordat ik verder werk.



Meestal zet ik het landschap op in de breedte, panorama-achtig, zoals je het ook in de werkelijkheid ervaart; met een brede kijk op de natuurlijke elementen. Dit in tegenstelling tot de staande portretten die ik meestal in opdracht maak. Ook het maken van etsen, vaak dorps- en stadsgezichten, hoort bij mijn palet van tekenen en schilderen.



De afwisseling in het toepassen van verschillende technieken met acryl, olieverf en etsnaald is voor mij heerlijk, verfrissend en inspirerend.'

Francesco schildert en tekent veelal 'zoekend' figuratief en geeft, vooral in zijn schilderijen, iets mystieks weer. Hij heeft samen met zijn vrouw Andrea Cook, geëxposeerd in binnen- en buitenland. In hun atelier aan de Lange Noordstraat 44 in Middelburg ontvangen zij geregeld cursisten uit de wijde omgeving.

Bronnen:

-Van den Boom, Jan (samenstelling en redactie), 2017: Uit de Kunst, hedendaagse landschapsschilders van Zeeland, p.48-49

GALERIE FRANCESCO ANTONIETTI

Francesco Antonietti, geboren te Aerdenhout, studeerde af in de vakken Teken en Kunstgeschiedenis aan de Akademie te Eindhoven. In het begin specialiseerde hij zich in het illustreren van boeken als *Dromende Werkelijkheid* en dicht-schilderijen en bundels *Van Dichtbij*. Voor een volledig overzicht van zijn werken: zie www.antonietti.nl

Kenmerkend voor zijn werk is het gevoel voor fijne details. Naast etsen maakt hij muurschilderingen, etsen in beperkte oplage, olieverfaquarellen, pastels en pentekeningen, waarin hij speelsheid met technische vaardigheid samenbrengt. Ook geeft hij, samen met Andrea, privé-workshops voor gevorderden in aquarel/tekenen, acryl/olieverf en pentekenen.

Met een contrastrijk kleurenpalet heeft hij in zijn werk een persoonlijke stijl ontwikkeld, die een sfeer van frisse directheid uitstraalt. 'Ik werk graag in opdracht; ik ervaar dat niet als een beperking. Integendeel: ik hou ervan om binnen een bepaald gegeven of een structuur te werken; kijken in hoeverre ik kan voldoen aan de wensen van de opdrachtgever en dan tevens daar een persoonlijk element in leggen. Voor mij is dat de uitdaging!'

Hij maakt werken in opdracht van bedrijven, gemeenten, kunsthandels en stichtingen. Hij woont in Middelburg waar hij in de Lange Noordstraat 44 zijn eigen werkplaats "atelier28" heeft. Open: do. vr. en zat. van 11.00 tot 17.00 uur.

Met de **MuseumPlusBus** op pad

Na enige jaren uitgeloot te zijn mochten we op 17 juli 2025 weer mee met de Museumplusbus.

Bestemming: Het Noord-Brabants Museum.

Plaats voor 45 personen en 10 rollators. Binnen no time was deze busreis volgeboekt met maar liefst 14 mensen op de wachtlijst. Maar uiteindelijk vertrokken we met 44 personen met de bus.

We werden alvast in drie groepen verdeeld voor de gegidste rondleiding en voorzien van een rode, groene of witte sticker.

Fraai weer en een rustige heenreis. De chauffeur gaf nog even een extraatje, ze reed over het kerkplein om vanuit de bus de St. Jan te bewonderen. Na enkele



knappe manoeuvres door de smalle straatjes meldde begeleidster Josée zich in de bus om de dag verder toe te lichten. Na een lange reis was een kopje koffie met een heuse Bossche (mini) Bol meer dan welkom. Het vergde wel even wat tijd om voor iedereen een stoel te vinden en koffie/thee in te schenken. De nieuwe cateraar was nog niet helemaal ingesteld op een groep zoals de onze.

Na deze versnapering volgde een rondleiding door het museum. Drie gidsen verzorgden de rondleiding van een uur door een deel van het museum. Belangrijk onderdeel was de tentoonstelling over Vincent van Gogh in Brabant. Mijn groep had een prima gids die dit duidelijk toelichtte.



De hierop volgende lunch was prima en ruim voldoende, alhoewel de dieetwensen niet overgekomen waren van de oude cateraar naar de nieuwe.

Vervolgens was er een uurtje om op eigen houtje het museum verder te ontdekken. Er was genoeg te zien, zowel “oude” als “nieuwe” kunstuitingen. Sommigen verkozen echter een uurtje lekker in de zon te zitten in de binnentuin van het museum.



De terugreis verliep lekker vlot met dank aan de vakanties. Om 17.15h werden we veilig afgeleverd bij station Goes. Het was een leuke en leerzame dag.

Tekst en foto's: Theo Snel.

Langs de Oosterschelde: **van Dijkhuisje naar Blauwe put**



Een ideaal startpunt om op verkenning te gaan langs de Oosterschelde is het dijkhuisje ten noordoosten van Wissenkerke. Het staat op de zeedijk langs de Keihoogteweg en ter plekke is een stenen trapje waar je de dijk op kunt klimmen.

Het dijkhuisje is een gebouwtje dat ooit werd opgericht om bij gevaarlijk stormachtig weer onderdak te bieden aan de dijkwachters die van hieruit in de gaten hielden of de vloed niet tot gevaarlijke hoogten steeg. In dat geval kon men de bewoners zo snel mogelijk informeren.



Strekdam met dijkhuisje.

Het dijkhuisje is nu in gebruik als infopunt van het Nationaal Park Oosterschelde. Op drukke dagen zijn er vrijwilligers die aan de hand van allerlei uitgestalde attributen vertellen over de natuurlijke rijkdommen van de Oosterschelde. Zo liggen er eikapsels van hondshaaien, die herkenbaar zijn aan het doorschijnende perkamentachtige uiterlijk, met op de hoeken van de hoekig-eironde zijden lange, gekrulde uitsteeksels.



De eikapsels van de hondshaai.

Voor veel bezoekers is het een eyeopener dat in de Oosterschelde volop hondshaaien leven. De ‘zeemeerminnentasjes’ zijn de eikapsels van rogen,

waarvan in de Oosterschelde zeker vier verschillende soorten te vinden zijn. En natuurlijk ontbreken ook de rugschilden van zeekatten niet. Opnieuw een verrassing voor veel bezoekers, dat deze prachtige inktvis zomaar in de Oosterschelde zwemt en dat dit zelfs een heel belangrijk gebied is voor de voortplanting van zeekatten.



Smient.

Voor het huisje staan langs de dijkvoet dikke ronde hardhouten palen, die vroeger op veel meer plaatsen langs de Oosterschelde te vinden waren. Nu zijn er weinig meer over. Ze zijn al oud en daardoor is in sommige palen een wat uitgeholde bovenkant ontstaan. Let op in de broedtijd: vaak kiest een scholekster dit als onverwachte en voor vele vijanden veilige nestplaats, die in ieder geval bescherming biedt tegen grondpredatoren als ratten en vossen.

Pal voor het huisje ligt een lange strekdam die tijdens opkomend water bevolkt wordt door vogels van de omringende slikken, die hier tijdelijk een goed heenkomen zoeken. Dat zijn er een hele reeks en wat je aantreft is vooral afhankelijk van het jaargetijde.

Zilvermeeuwen en scholeksters zijn er altijd en ook bergeenden ontbreken maar zelden. Maar in de loop van een jaar passeren tientallen soorten, waaronder smienten, middelste zaagbekken, rotganzen, wulpen, zilverplevieren, rosse grutto's, tureluurs, steenlopers, bonte strandlopers en nog tal van andere soorten. Aalscholvers zitten hier hun vleugels te drogen en zilvermeeuwen hakken Japanse oesters los om die vanaf flinke hoogte op de dijk te pletter te laten vallen. Maar we zouden het over plantjes hebben.



Visdiefje.

Het begint al recht voor het dijkhuisje. Op het dijk-talud groeit een prachtige schermbloem met succulente bladeren en witgroenige bloeschermen. Het is de zeevenkel; een kustgebonden schermbloem die onmiskenbaar de geur van venkel verspreidt. De plant is eetbaar en in Zuid-Europa wordt de zeevenkel wel in het zuur ingelegd en in potjes verkocht als tafelzuur; zeg maar het mediterrane alternatief voor augurkjes of zilveruitjes.

Als je westwaarts, richting de Keihoogte loopt vind je al snel diverse schorrenplanten. Uitbundig paars bloeiende lamsoren en ingetogen zilvergrijze planten van de zeealsem.



Zeealsem.

Als je westwaarts, richting de Keihoogte loopt vind je al snel diverse schorrenplanten. Uitbundig paars bloeiende lamsoren en ingetogen zilvergrijze planten van de zeealsem. Die zeealsem heeft een sterk, mentholachtig aroma dat door de meeste mensen als heel aangenaam ervaren wordt. Insecten denken er

anders over; zeealsem is vanouds in gebruik als insectenwerend middel en het werd vroeger bijgemengd in met zeegras gevulde matrassen om ongedierte als vlooiën en bedwantsen uit je slaapstede te houden. Let ook op de felgele plakATEN van muurpeper die hier en daar het dijk-talud versieren. Ze komen hier van nature voor en deze planten leggen het aangestoven zand vast. Stuivend zand tot rust brengen is de specialisatie van de muurpeperplantjes. Daarop heeft ook de wetenschappelijke naam sedum betrekking. Sedum is afkomstig van het werkwoord sedare rustig worden of tot rust brengen.



Muurpeper.

Onze tocht eindigt bij de dijkovergang op nog geen 500 meter westelijk van het dijkhuisje. Het is een kort traject, maar lang genoeg om kennis te maken met allerlei aspecten van de Oosterschelde. Op de website van het Nationaal Park Oosterschelde is te vinden wanneer het dijkhuisje bemenst is en geopend voor het publiek.

Tekst en foto's; Chiel Jacobusse.

Chiel Jacobusse was 43 jaar werkzaam voor Stichting Het Zeeuws Landschap en 36 jaar lang lid van de redactie van het tijdschrift Zeeuws Landschap. Hij werd mede door zijn publicaties in het tijdschrift van de stichting en in de PZC een bekend fotograaf en auteur/publicist. Hij heeft veel boeken geschreven en geïllustreerd over de flora en fauna van Zeeland. Ook een 5-tal boeken in de serie Fauna Zeelandica komen van zijn hand. De liefde voor de natuur werd hem van huis uit met de paplepel ingegoten.

Ik wil rust

Ik wil rust.' Dat is de meest gehoorde reden om in retraite te gaan. Dat was afgelopen jaar het geval, maar geldt al zolang ik retraites geef, meer dan vijftien jaar. Het is niet zo moeilijk je iets voor te stellen bij die korte uitspraak. Werkdruk zorgt voor onrust, en ook de combinatie van gezin en werk geeft behoorlijk wat druk. Dan is er de toename van lawaai om ons heen.

En het is bepaald een understatement te beweren dat conflicten en oorlogen in de wereld voor veel verwarring en onrust zorgen. Maar misschien wordt de meeste druk en onrust toch veroorzaakt door gedachten, dwingende gedachten die in onze mind rijpen.

Dagelijks zouden we tussen de tien- en vijftig-duizend gedachten hebben. En die zijn niet allemaal even verheven en nemen gemakkelijk de vorm aan van gepieker en zorgen: in ons hoofd is het nooit rustig.

Logisch dat er wordt gehunkerd naar rust. En natuurlijk is het goed om actief te zijn, maar je kunt wel aandacht besteden aan de andere kant van de onrustmedaille: rust en stilte en is het heilzaam om actie af te wisselen met meditatie en inspanning met ontspanning.

Met die afwisseling van werken en bidden zijn kloosterlingen al eeuwen vertrouwd.

Wat actie, haast, onrust en druk is weten we wel, wat ontspanning en meditatie is minder.

Het inactieve stuk is doorgaans onderontwikkeld en in retraites geven mensen meditatie en ontspanning, rust en stilte ruimte en cultiveren die dimensie.

Het is goed om actief te zijn, maar het is wel heilzaam om actie af te wisselen met meditatie, inspanning met ontspanning.

De Amerikaanse neurowetenschappers Dan Siegel en David Rock hebben een eigentijdse variant van werken en bidden, van inspanning en ontspanning, in kaart gebracht. Hun ontwerp heet de *Healthy Mind Platter*, wat je zou kunnen vertalen met het gezonde geest menu.

Het helpt als we worden overstelpt met informatie en veel druk ervaren om te presteren en te excelleren. Een leven met voldoende ontspanning bereik je volgens deze twee Amerikaanse wetenschappers door drie verwijlende manieren van zijn in je dagelijkse agenda op te nemen. Zo is er genoeg slaap nodig voor het herstel van lichaam en geest. Dan is er *time-in*, tijd voor meditatie, reflectie en mindfulness.

Tenslotte is er *downtime*, tijd van nietsdoen, tijd om te ontspannen, te dagdromen of gewoon lui te zijn. Dit gezonde geestmenu wordt inmiddels aanbevolen door de inspectie van volksgezondheid in ons land omdat het effect heeft en artsen weten dat.

Zij weten hoe helend rust kan zijn. Ze schrijven niet alleen medicijnen voor maar geven minstens zo vaak het advies om wat meer rust te nemen of het wat rustiger aan te doen. Rust is één van de grootste geheimen om geheel te worden.

Ton Roumen is een ervaren coach, retraiteleider en spreker.

Hij publiceert boeken en artikelen over spirituele thema's.



Het rijke Roomse leven (3)



Het heilig sacrament van de biecht

Zonder berouw geen vergiffenis

Je had de zeven *hoofdzonden* (hoogmoed, hebzucht, onkuisheid, afgunst, onmatigheid, woede en luiheid) die weer een breed palet aan andere zonden voortbrachten. De ergste waren *doodzonden*, die een zwaar vergrijp betroffen dat met volledig begrip van de ernst en aard ervan werd begaan. Daartegenover stonden de *dagelijkse zonden*. Dat waren minder zware vergrijpen die varieerden van snoepen uit de suikerpot door kinderen tot het plegen van niet al te grote onkuisheid door volwassenen.

De biecht

Je kreeg er vlekken van op je ziel, maar die werden weggewassen door de biecht. Alleen priesters konden de biecht afnemen en de zonden vergeven (de absolutie schenken) nadat je de nodige boete had gedaan (een penitentie). Biechten moest je minimaal eens per jaar en in ieder geval als je gevaar liep te sterven. Biechten was een gewichtige zaak waarbij de priester kon terugvallen op een uitgebreide set voorschriften, gebaseerd op eerdere voorvallen (casuïstiek).



Gevoelens van berouw zijn diep en intens

Berouw

Gevoelens van berouw zijn diep en intens. Berouw heeft te maken met schuld. Wie berouw heeft, erkent schuld, heeft schuldbesef en is zich bewust van eigen schuld. Berouw leidt tot inkeer, maar geeft ook diepe gevoelens van verdriet. Het kan zover gaan dat het leidt tot wroeging, zelfverwijt en gewetensknaging.

Zich verslagen voelen

Wie berouw heeft, voelt zich verslagen. Heb je er last van? Heb je iets gedaan wat je niet had moeten doen? Heb je iets nagelaten wat je wel had moeten doen? Heb je een ander tekort of pijn gedaan? Heb je een ander beschadigd, gekwetst of vernederd? Zit het je dwars?

Vergeving

Er is een wezenlijk verschil tussen berouw hebben vanwege de gevolgen van de zonde of berouw hebben om datgene wat je de ander hebt aangedaan. Berouw en vergeving zijn twee woorden die bij elkaar horen. Vergeving is gemakkelijker wanneer men ziet dat je oprecht berouw hebt over wat er is gebeurd. Als dat er niet is, is vergeving lastiger.

Wie te gemakkelijk roept 'je moet elkaar wel kunnen vergeven', gaat te oppervlakkig voorbij aan wat er gebeurd is en wat voor diepe sporen dat kan hebben nagelaten.

Het omgekeerde geldt ook. Wanneer er oprechte gevoelens van berouw zijn, impliceert dat niet dat de ander jou vanzelf vergeeft wat er is gebeurd.

Vergeven is een gunst! Geen automatisme!

Zelfcompassie

Vroeger konden we met onze zonden terecht bij een priester. Tegenwoordig komen we met onze zonden en/of berouw eerder bij een therapeut terecht dan in de biechtstoel bij een priester. Misschien moeten we anno 2025 vooral onszelf leren vergeven.

Samenstelling: RR

Bronnen:

-Herinneringen aan het rijke Roomse leven.

Volksdevotie van toen, p.22

-De Steven, Gevoelens van berouw



Beeld in beeld 10

De Nederlandse Maagd

Eede

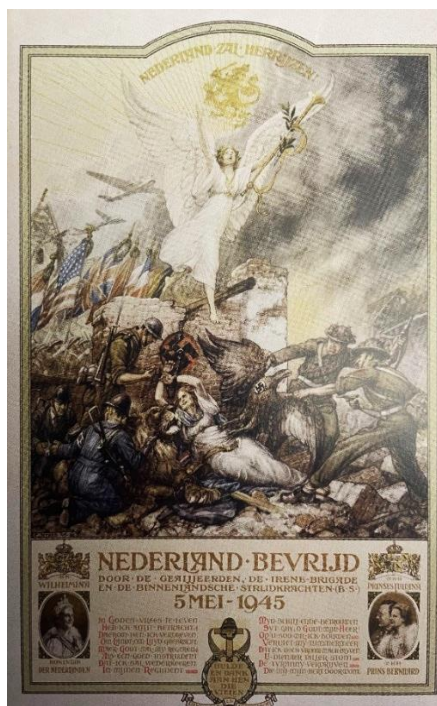
Deze tweemaandelijks
rubriek trekt kriskras
door Zeeland op zoek
naar bijzondere stand-
beelden van bekende,
minder bekende of juist
anonieme mensen. Deze
keer: een beeld dat deel
uitmaakt van een
Nationaal Monument.

Er zijn in Nederland elf Nationale Monumenten, voor zover ik heb kunnen nagaan, want er is geen officiële lijst. Daarvan hebben er zes met de Tweede Wereldoorlog te maken. Van die zes is het monument op de Dam te Amsterdam de bekendste, maar er zijn ook drie Nationale Monumenten bij de voormalige kampen Vught, Westerbork en Amersfoort, en het Airborne-monument (Slag om Arnhem). En het zesde? Waarschijnlijk de onbekendste van deze zes is het Nationaal Monument De Nederlandse Maagd te Eede in Zeeuws-Vlaanderen, waar koningin Wilhelmina op 13 maart 1945 na haar vijfjarig verblijf in Londen weer voet op vaderlandse bodem zette. Vol verwachting nam ik daar een kijkje.

Ingewikkeld

Waarom die Nederlandse maagd daar? Als er een stoer beeld was gekomen van koningin Wilhelmina in bontjas met één voet voor de andere, dan had toch niemand gek opgekeken? En wat is dat voor iemand, die Nederlandse maagd? In de hoop duidelijkheid te krijgen, nam ik het alwetend klinkende boek *De Nederlandse Maagd* van Lina van der Wolde uit 2021 door. Ze baseert haar visuele betoog op zo'n zeshonderd afbeeldingen door de eeuwen heen van de Nederlandse maagd als zinnebeeld van nationale zuiverheid en weerbaarheid. Daar zal ook wel een plaatje bij zijn van het Nationaal Monument te Eede, verwachtte ik. Maar nee, dus ook geen duiding van het beeld, waar ik zo behoefte aan had. Wel trekt Van der Wolde onnoemelijk veel lijntjes van en naar de Nederlandse Maagd, in willekeurige volgorde: Pallas Athene en Andromeda uit de Griekse mythologie, het Amerikaanse Vrijheidsbeeld, de krooning van koningin Wilhelmina (!) in 1898, het Kaasmeisje/Frau Antje, de ideale schoondochter, het Franse vrijheidssymbool Marianne, de heilige maagd Maria en de Nederlandse leeuw. Die laatste – laat 'm niet in z'n hempie staan! – is toch veel meer ons nationale symbool dan de Nederlandse maagd? Het is te ingewikkeld om alle lijntjes hier

uit te leggen, laten we maar gewoon van het sobere, fraaie beeld in Eede genieten. Het staat op het Koningin Wilhelminaplein; dat is dan weer wel eenduidig logisch.



Prent van Cornelis Jetses. Op de voorgrond een geketende Nederlandse maagd en bovenin een weer gloriërende maagd. Onderin staan het tweede en zesde couplet van het Wilhelmus (bron: Atlas van Stolk, Bibliotheek Rotterdam).

Een paal in de grond

In genoemd boek kom ik ook geen 'oude' maagd tegen, waar de Limburgse beeldhouwer Peter Roovers zijn moderne maagd op baseerde, met haar wapenschild (met leeuw!) en bijzondere kap-

sel of hoofddekseel. Dus zocht ik naar een uitleg van de kunstenaar over zijn keuzes en inspiratie. Ook dat viel niet mee. Maar dit nuchtere citaat van Roovers (bron helaas onbekend) geeft wel wat duidelijkheid en relativering: "Als ergens iets bijzonders gebeurd is, en men wil dat niet vergeten, dan zou men, primitief gedacht, een paal in de grond slaan en er het feit op vermelden: hier gebeurde het. Zo in Eede, een grote paal – in dit geval een obelisk – met als versiering een meisjesfiguur, die het koninklijk wapen naar Nederland terugbrengt." Zo ging het ook in Scheveningen, waar (koning) Willem I na de Franse overheersing in 1813 weer voet aan vaderlandse wal zette. Daar staat sinds 1865 een reusachtige gedenknaald, die daaraan herinnert. Maar wel zonder beeld erbovenop.

Hier, en dáár

Op de paal van drie meter – obelisk dus – in Eede staat: 'Hier keerde op 13 maart 1945 onze landsvrouw terug tot haar volk.' Met 'landsvrouw' wordt uiteraard onze soevereine vorstin bedoeld en niet de maagd. Maar het 'hier' zette mij op het verkeerde been, toen ik met mijn fototoestel langs fietste. Liep hier de grens dan in 1945? Nu in ieder geval niet, want die ligt dáár, driekwart kilometer zuid-



Het Koningin Wilhelminaplein te Eede, met in het midden het beeld De Nederlandse Maagd.

lijker over deze provinciale weg (N251), toen nog Rijksweg geheten. Er staat aan de oostkant van de weg zo'n fraaie grenspaal: nummer 348. Inderdaad, dáár vond de koninklijke grensoverschrijding plaats, dat vertellen de historische foto's ook. Het 'hier' moeten we dus ruim opvatten. Je kunt het ook opvatten als 'in Eede' en daar gaat het tenslotte om. Eede is bewust gekozen voor de koninklijke terugkeer, omdat het dorp onnoemelijk veel te lijden had gehad in de oorlog; Eede was zo goed als helemaal verwoest en de bevolking geëvacueerd.



Het schouwspel Over de meelstreek werd op zaterdag 15 maart jl. in Eede opgevoerd; de foto is aangeleverd door onze trouwe lezer Leo Ducheine.

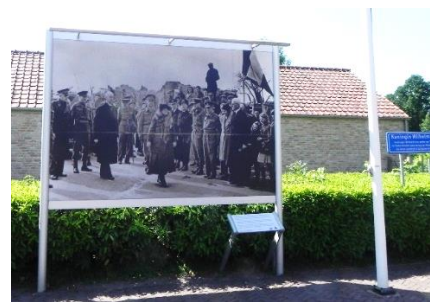
Het ANWB-blauwe voorlichtingsbord op het Koningin Wilhelminaplein formuleert het dan ook wijselijk zo: 'in Eede'.

Op de echte grens wordt Wilhelmina's terugkeer in de vorm van het schouwspel *Over de meelstreek* geregeld nagespeeld. Onlangs nog, in maart, tachtig jaar na de historische gebeurtenis, gebeurde het ook (zie foto). Na haar rentree in Eede maakte de koningin gedurende een volle week nog een rondrit door al bevrijde en zwaar getroffen steden en dorpen in Zeeland, Brabant en Limburg, om daarna weer even terug te keren naar Londen.

4 mei-herdenking

De kern van het Nationaal Monument op het Koningin Wilhelminaplein is dus het beeld De Nederlandse Maagd. Het werd in 1954 onthuld door Wilhelmina's dochter koningin Juliana. Maar er is inmiddels meer te zien. In 1984 zijn drie onderdelen aan het monument toegevoegd: een geallieerd rupsvoertuig (*bren carrier*), een plaquette met de namen van de Canadese regimenten die hier vochten en een plaquette met de

namen van veertig oorlogsslachtoffers uit de toenmalige gemeente Aardenburg. Een grote foto van de koninklijke grensoverschrijding is er in 2010 bijgekomen. Verder staan er nog een koningsboom en allerlei soorten bordjes met informatie; eentje is onleesbaar. Deze brave burger is van het qua vormgeving onsamenhangende geheel niet diep onder de indruk. Stel u voor: het Nationaal Monument op de Dam wordt langdurig gerestaureerd en de 4 mei-herdenking wordt voor een keer hier, bij het Nationaal Monument in Eede gehouden. Waarom niet?



De terugkomst van koningin Wilhelmina op vaderlandse bodem; ze stapt over een 'grensstreek' van varkensmeel. Deze foto staat vergroot op het plein.

*Tekst en foto's:
Arend van der Wel.*

Arend van der Wel (1956) werkte als redacteur/uitgever, voorlichter bij een Zeeuws waterschap, communicatieadviseur bij de gemeente Goes en freelance tekstschrijver voor Zeeuwse organisaties. In de Bevelandse Bode schrijft hij de column 'Goes gezien – door Arends oog'.



De **Langste Tafel** in Hulst

Op woensdag 16 juli 2025 organiseerde KBO-Hulst voor Senioren de dertiende editie van de traditionele Langste Tafel in De Lieve.

Deze jaarlijks terugkerende activiteit is inmiddels uitgegroeid tot een geliefd moment voor ontmoeting en gezelligheid, en ook dit jaar was de belangstelling groot.

Zoals bij veel van onze activiteiten waren de deelnemers ruim op tijd aanwezig. Nadat iedereen die zich had ingeschreven een drankje had ontvangen, opende de voorzitter de activiteit. Met een hartelijk welkom en een warme wens voor een smakelijke maaltijd kon het festijn beginnen.

De maaltijd zelf was prachtig opgemaakt -zo mooi zelfs- dat het bijna zonde was om eraan te begin-

nen. Maar bij zoveel lekkers kon niemand de verleiding weerstaan. Tijdens het eten werd er volop gekletst; het is duidelijk dat samen eten en gezellig bijpraten met buurtgenoten het recept is voor een geslaagde middag.

Zoals gebruikelijk werd de maaltijd afgesloten met een kopje koffie of thee, vergezeld van een heerlijke koffiekoek. Voldaan en tevreden keerden de gasten huiswaarts. Bij het afscheid klonken er tal van complimenten voor de organisatie – een mooie waardering voor hun inzet en toewijding.

De Langste Tafel was opnieuw een succes. We kijken nu al uit naar de volgende editie!

Tekst en foto: Jac de Bruin.



nationale herdenking
15 augustus 1945

Het verhaal blijven vertellen



*Jan van Zanen, de burgemeester van Den Haag, droeg bij de herdenking in 2024 onderstaand gedicht voor.
Een bewerking van een tekst van Wim Kan (1911-1983).*

*Er leven niet veel mensen meer
die het hebben meegemaakt
Geen mensen meer die zagen
hoe hun naasten werden afgemaakt
Die van de honger en de slaag
nog kunnen spreken hier vandaag
Bij wie die beelden hen nog iedere nacht
bezoeken, komen kwellen
Er leven niet veel mensen meer
die het nog na kunnen vertellen*

*De binnenkampers, buitenkampers
en ook de veteraan
Die verder moesten, werken moesten,
aan een nieuw en koud bestaan
Vaak begroeven ze hun pijn
Ver van hoe het eens zou zijn
Het leed dat hen een leven lang
toch is blijven vergezellen
Er leven niet veel mensen meer
die het nog na kunnen vertellen*

*En nu die generatie moe en oud
het aardse leven los gaat laten
Nu pas zijn we toch ten slotte
echt met elkaar gaan praten*

*En toen het eindelijk ging stromen
bleven de verhalen komen
Het waren onze kinderen, vaak,
die vragen gingen stellen
Er leven haast geen mensen meer
die het nog na kunnen vertellen*

*Dus vertel ons alsjeblieft,
ook al zijn er haast geen woorden
Vertel ons van het leven daar
voordat ze kwamen moorden
Vertel ons van familie en van liefde
...ook van leed*

*En ten slotte van dat monster, toen,
daar, dat 'de oorlog' heet
Van de doden
En de honger
En de angsten*

*En de zieken
En de cellen
Dan zullen wij
Ja dat beloven we*

Het verhaal blijven vertellen

Het verhaal van Wim Kan

Eind 1939 vertrokken Wim Kan en zijn vrouw Corry Vonk met hun ABC-cabaret op uitnodiging van de Nederlandsch-Indische Kunstkringen naar Nederlands-Indië voor een tournee van honderd dagen over vier eilanden van de Archipel.

Doordat Duitsland Nederland binnenviel, konden de Kans niet terugkeren. Terwijl ze in Nederlands-Indië bleven optreden, werd Kan in Bandoeng gemobiliseerd bij het hoofdkwartier van het veldleger van het KNIL als soldaat-omroeper bij de generale staf.

Op 7 maart 1942 viel Japan de kolonie binnen. Kan werd op 13 maart krijgsgevangen gemaakt, met POW-nummer 71502 en kwam achtereenvolgens terecht in dertien kampen. Gedurende de oorlog zouden ze elkaar niet zien. Ze konden elkaar wel door briefwisseling op de hoogte houden.



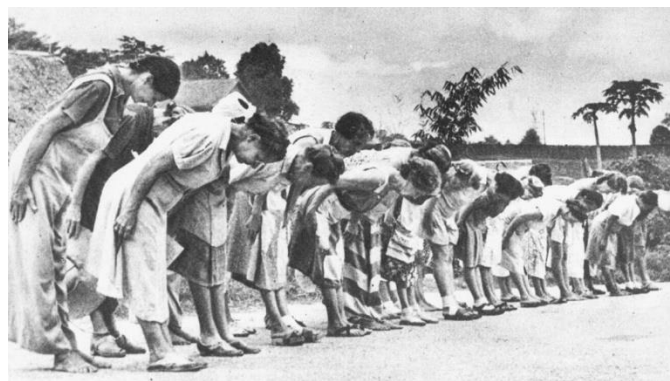
Vrouwen in Kamp Tjideng na de bevrijding (1945)

Tjideng-kamp te Batavia

In de kampen bleef Kan optreden en schreef hij nieuwe liedjes en sketches, wat hielp om het moreel van de andere gevangene te verhogen. Hoe het moreel van de kinderen in bijvoorbeeld het Tjideng-kamp in Batavia hooggehouden werd, beschrijft Jaap ter Marsch door zijn eigen herinneringen te delen.

Bezonken Rood

Over het Tjideng-kamp schreef Jeroen Brouwers (1940-2010) in 1981 de autobiografische oorlogsroman *Bezonken Rood*, nadat zijn moeder was overleden, met het doel zijn jeugdervaringen in dat Japans interneringskamp in Batavia te verwerken.



Gevangenen treden aan voor het appèl

"De vensterbanken van de huizen worden bewoond, ook de drempel, ook iedere afzonderlijke traprede, de veranda's, de gangen", somt de jonge Jeroen Brouwers op, die een plekje heeft in een aanrecht. "Zelfs de lucht in de huizen wordt bewoond - wie een hangmat bezit woont tussen de overal aanwezig aanwezige waslijnen vol gore versleten kledingstukken."

Verhalen op school vertellen

Ik lees met mijn leerlingen de roman en ik nodig Jaap ter Marsch, vrijwilliger bij een Stichting die de verhalen over de kampervaringen in leven houdt op scholen, uit voor een bezoek aan de Europese School in Culham. Mijn leerlingen daar zijn veel meer gericht op de Engelse geschiedenis en literatuur, maar het verhaal van Jaap is universeel en maakt veel indruk.

Hij vertelt mijn leerlingen over zijn jonge jaren in het Tjideng-kamp in Batavia, het huidige Jakarta, de stad waar mijn ouders leefden als buitenkampers en waar mijn beide broers geboren zijn.

De oproep van de burgemeester van Den Haag, de Indische stad bij uitstek, begrijp ik maar al te goed. We moeten elkaar het verhaal altijd blijven vertellen. Het verhaal uit het gedicht is het verhaal van Jaap en van heel veel anderen, die er vaak ook niet over gesproken hebben met hun kinderen.

De oorlogservaringen in Nederlands-Indië en de ontheemding van 300.000 immigranten die volgde, werken door bij inmiddels twee miljoen Nederlanders met een Indisch oorlogsverhaal in de familie en ook in onze samenleving als geheel.

Ook Zeeland is -nog los van het VOC-verleden- verbonden met dit Indië, zeker als je de link legt met de latere politieke acties (1946-1949), waar honderden dienstplichtige Zeeuwse soldaten aan moeten hebben deelgenomen.

Als mensen hun waarden opsporen en naar zichzelf en anderen verhelderen, dan vluchten ze niet weg in begrippen, maar brengen ze zich naar het waardevolle van verhalen.

Het kampverhaal van Jaap

Jaap is geboren in 1940 en kwam in 1942 met zijn moeder in kamp Tjideng. In zijn jaren na het kamp kreeg Jaap door zijn omgeving veel mee van de Indonesische vertelcultuur.

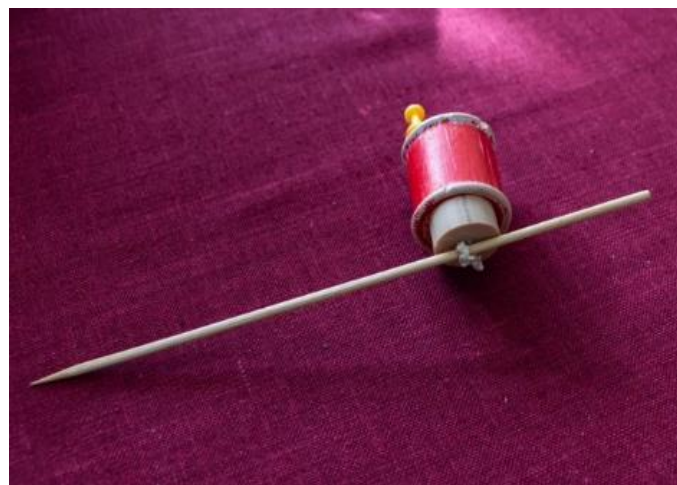
In die verhalen zit een natuurlijke spanning, niet alleen door de personages en de plot, maar vooral ook door de wijze van vertellen en het spel met tijd en ruimte. Het verhaal van Jaap raakt aan algemene geschiedenis, aan politiek en psychologie, aan ethiek en levensbeschouwing. Veel levenslessen ineen.



Het schriftje van Jaaps moeder.

Hij toont de leerlingen in zijn presentatie tastbare herinneringen uit het interneringskamp zoals een troostdoekje waarop zijn naam 'Jaapje' is geborduurd, evenals het schriftje - deels receptenboek, deels dagboek - van zijn moeder en bovenal een 'autootje', zijn enige speelgoed in het kamp.

Tijdens zijn praatje in klas 6 vwo gaat het autootje stuk. Het verdriet van Jaap valt van zijn gezicht af te lezen, maar hij doet of het hem niet deert en weet daarvoor spontaan de juiste, voelbaar passende woorden te vinden.



Het autootje van Jaap.

De volgende dag blijkt het autootje relatief simpel te repareren. Een leerling heeft de mechaniek van satéprikker en kareet (elastiek) doorzien en aangepast aan de eisen van de 21^e eeuw, nog altijd perfect passend op het authentieke klosje.

Jaap kan verder met zijn levensverhaal. Zoals leraar en leerlingen met hún verhaal. Ieder van ons zal op zijn of haar eigen manier het verhaal (willen, soms moeten) blijven vertellen.

Op 15 augustus staan we stil bij het einde van de Tweede Wereldoorlog voor het Koninkrijk der Nederlanden, dit jaar 80 jaar geleden, en herdenken we alle slachtoffers van de oorlog tegen Japan en de Japanse bezetting van Nederlands-Indië.

Door: Rob Rijkschroeff, oud-docent Nederlands en levensbeschouwing.



Doe jij ook mee op 20 september a.s.?

World Cleanup Day is de grootste jaarlijks opschoon-actie ter wereld. Inmiddels doen er 180 landen mee. [IVN Natuureducatie](#) is de organisator van World Cleanup Day. Supporter van Schoon ondersteunt World Cleanup Day.

Hoe voorkom jij zwerfafval?

Naast dat je je kan inzetten op World Cleanup Day om zwerfafval op te ruimen, kan je ook veel dingen doen in het dagelijks leven om zwerfafval te voorkomen. Neem jij bijvoorbeeld je eigen boodschappentas mee? En je eigen herbruikbare beker als je een koffie-to-go haalt? Al deze dingen helpen zwerfafval te voorkomen. Voor je het weet, is het een gewoonte. Dan is het doen van een stapje extra heel eenvoudig.

Laat je inspireren door het gedrag van andere soorten Supporters van Schoon, en ontdek wat jij nog meer kunt doen om afval te verminderen.

Zwerfafval opruimen kan het hele jaar

Met jouw opruimactie maak je het verschil. En niet alleen tijdens World Cleanup Day. Je kunt het hele jaar in actie komen en jouw omgeving schoonhouden. Neem een grijper mee als je de hond uitlaat of hou je straat schoon met de burens. Maak er een doorlopende actie van.

Bestel je materialen

Heb je een schoongebied op de kaart gezet? Of een opschoonactie aangemaakt? Dan heb je de juiste materialen nodig om aan de slag te gaan. Bestel ze in de webshop. [Naar de webshop](#)

[Organiseer je eigen cleanup](#)

Ben je van plan om als afdeling een opruimevenement te organiseren? Registreer je cleanup op deze website en nodig vrijwilligers uit om deel te nemen.

Klik hier om een [Opruimactie aanmelden](#)

Hersenspindel

Pausen

Nee, beste lezer(es), verwacht van mij hier geen vrome verhandeling over de hoogste chef van de R.K. Kerk, de Paus. Als leken gelovige mis ik daarvoor de kennis en wist/weet ik niet waar hij zich in het dagelijkse leven mee bezighoudt. Mijn vermoeden is dat het wel allerlei geloofsonderwerpen zullen zijn of benoemen van allerlei kerkelijke functionarissen als bisschoppen, kardinalen, kanunniken en andere wel of niet gewijde medewerk(st)ers.

En hij zal toch ook niet de hele dag door bidden en de Heer aanroepen.



Ik heb wel altijd interesse gehad in de R.K. Kerk. Als jonge jongen droeg ik in de berging in de tuin van mijn ouderlijk huis regelmatig Missen op. Ook vrienden van me deden daaraan mee. Ik had van hout- en boardafval zelfs een altaartje dat in die berging naast het kolenhok stond. De liturgische kleding bestond uit met veiligheidsspelden aan elkaar gespelde theedoeken. We beperkten ons niet tot één soort eredienst. Nee, als er ergens een dode vogel was gevonden werd die met de daarbij behorende rituelen netjes “kerkelijk” begraven. In die tijd leerde ik heel wat Latijnse en Nederlandse liturgische teksten en liederen uit mijn hoofd. Als ik ze nu via radio of TV weer hoor, kan ik de tekst vaak nog (deels) meezingen. Die kerkelijke neigingen ontsproten uit de opvoeding die ik van mijn ouders kreeg.

Niet dat ik die erg streng vond/vind, want mijn ouders hebben hun kinderschaar goed en degelijk opgevoed en daar hoorde het geloof in hun ogen gewoon bij. In die “kerkelijke jaren” wilde ik ook priester worden. Maar toen ik “rijp” was om eventueel het seminarie te bezoeken, was er van die religieuze neigingen niet veel meer over.

Wel heb ik altijd interesse gehouden in de Kerk en wat daarin omging en nog omgaat.

Zo ook bij het overlijden van paus Franciscus en de installatie van paus Leo XIV. De gang van zaken daarbij boeide me als alledaagse gelovige uitermate. Want het is toch interessant hoe een eenvoudige kardinaal na rijp beraad zo maar ineens tot de grote baas van de Rooms Katholieke Kerk wordt gekozen. Dat je tot Paus gekozen wordt en ineens een belangrijke rol gaat spelen op het wereldtoneel met de presidenten van Rusland, USA, Frankrijk, Italië, enzovoort.

Als jonge jongen leerde ik dus dat de paus de “baas” was van de Roomse kerk. Dat wat hij beslist, moe(s)t gebeuren en wel onvoorwaardelijk. Wat de paus op geloofsgebied zegt, is de volle waarheid, want hij was/is immers de aardse vervanger van de Zoon van God, Jezus. Hij wordt door de kerkleer dan ook als onfeilbaar beschouwd.

Ik weet wel dat Pius XII en Johannes Paulus II daarvan zelf ook heel erg overtuigd waren en dat ook uitdroegen. Evenals de latere Benedictus XVI. Johannes XXIII en Paulus VI waren pausen die best wel veranderingen in de leer wilden bewerkstelligen, maar daarin niet slaagden.

Want al worden pausen als onfeilbaar beschouwd, er waren en zijn heel wat conservatieve figuren in de kerkleiding die alles bij het oude wilden of willen houden en de pausen flink tegenstand boden/bieden. Franciscus kreeg wel het een en ander gedaan, maar niet alles wat hij wilde.

Daarom wordt door de vooruitstrevende functionarissen en gewone gelovigen gehoopt dat de nieuwe paus Leo XIV daarin meer resultaat zal boeken. Ik ben benieuwd, want de “raadgevers” van de paus, ook wel Curie genoemd, zijn taaie rakkers wat dat betreft en geven zich niet snel over.

Binnen die diverse functionele figuren is er heel wat standsverschil en dat uit zich in de officiële kleding van de diverse functionarissen. Vreemd vind ik het dat de paus altijd in witte kledij rondloopt. Hij is de enige functionaris in de Kerk die dat doet. De lagere rangen lopen veelal in het zwart rond met soms een gekleurd randje aan hun toga.



Bij officiële evenementen lopen “de prinsen van de kerk” in een rode toga en de gewone bisschoppen in een paarse outfit. De lagere echelons lopen meestal in het zwart rond. Horen ze tot een aparte priester-groep (kloosterorde) in de Kerk dan dragen ze wel eens een andere kleur habijt of toga. Onderscheid moet er zijn natuurlijk.

In vroeger eeuwen had de Kerk ook veel macht en had het Vaticaan ook een groot grondoppervlak rondom Rome in bezit. De paus had toen ook veel aardse macht. Dat is allemaal ingeperkt tot wat het nu is en dat is ook goed. Maar een belangrijke wereldleider blijft hij.

We hebben het bij de recente pauswisseling weer kunnen meemaken.

Waarom een kardinaal een andere naam moet aannemen als hij tot Paus gekozen wordt, kan ik niet volgen. Zijn eigen geboortenaam verdwijnt dan als het ware uit de boeken en hij moet verder met een aangenomen naam, die de gemiddelde roomse gelovige weinig zegt.

De kerkleer is, ondanks alle glitter en glamour, in de organisatie ook behoorlijk streng. Van menig nieuwe paus werd/wordt verwacht dat er wat zou/zal gaan gebeuren op het gebied van abortus, huwelijkscheiding, priestercelebaat, een belangrijkere plaats voor de vrouw in de kerkelijke organisatie, erkenning van homo’s en lesbiennes en nog meer heikele punten die allerlei modernisten en activisten willen doorvoeren. En dat alles omdat ze “niet meer van deze tijd (zouden) zijn”.

Maar over het algemeen blijven de resultaten achter bij de hoog gekoesterde verwachtingen. Dat wordt na het overlijden van een paus dan weer breed uitgemeten in de media.

Paus..... het lijkt mij een eenzame functie. Een beroep is het niet, want er is geen opleiding voor. En dat je het als gewoon mens kunt worden? Daar is 0,000 000 000 000 1% kans op, want om gekozen te kunnen worden, moet je priester zijn en dan weer kardinaal en jonger dan 80 jaar. En er komt ook niet ieder jaar een nieuwe paus. Dat je als paus constant “heilige vader” wordt genoemd lijkt me niet direct een pretje. En heb je dan nog een privéleven met je broers en zussen en andere familieleden en goede vrienden?

Paus zijn..... Het lijkt me een moeilijke functie waarin je –vind ik– veel onterechte kritiek krijgt, omdat allerlei “progressieve” betweters vinden dat je niet meer “van deze tijd” bent. Of dat conservatievelingen vinden dat je te snel gaat.

Dus geloof ik liever maar gewoon zoals ik altijd heb gedaan, stort ik mijn jaarlijkse bijdrage op de daarvoor bestemde parochiële bankrekening en wens ik de paus alle goeds toe met alles wat daarbij hoort. Ook al weet je wellicht (nog) niet wat dat allemaal inhoudt.

Augustinus

Eenzaamheid in relatie tot gezondheid



Wat doe je als redactie van Wij Zêêuwen als er een nieuwsbrief van het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport in de inbox valt? Je onderzoekt of er een link te leggen valt met het thema van deze maand: gezondheid!

Oorzaken en gevolgen van eenzaamheid

Ga je op zoek naar oorzaken van eenzaamheid, dan stuit je op thema's als verandering van of in de relatie, sociale omstandigheden in relatie tot geld, werk, mantelzorg, pestgedrag of verhuizing. Mensen met een depressie verliezen sociale contacten en worden eenzamer. Andersom kan eenzaamheid leiden tot depressieve gevoelens.

Negatieve spiraal

Het negatieve gevoel van eenzaamheid is net zo'n soort pijnsignaal als honger. Dit signaal motiveert mensen om aansluiting te zoeken met anderen. Maar als het dan niet lukt om sociale relaties te verbeteren en zij vereenzamen, kunnen zij in een neerwaartse spiraal terechtkomen.



Eenzaamheid en gezondheid

Eenzaamheid heeft een grote invloed. Het leidt tot gezondheidsrisico's, minder meedoen in de samenleving en een gevoel dat welzijn of geluk tekortschiet. Helemaal als het gevoel van eenzaamheid langer aanhoudt. Uit onderzoek blijkt dat eenzaamheid het immuunsysteem negatief kan beïnvloeden. Een chronisch gevoel van eenzaamheid is even ongezond als het roken van een pakje sigaretten per dag. Eenzaamheid kan ook leiden tot depressie en een verhoogd risico op ziekten. Mensen die eenzaam zijn vertonen vaker ongezond gedrag. Ze bewegen minder, eten minder gezond en maken meer gebruik van verslavende middelen. Daardoor lopen ze een groter risico op overgewicht, hoge bloeddruk en hart- en vaatziekten.

Kom erbij!

Gelukkig zijn er veel landelijke en lokale initiatieven om de eenzaamheid bij ouderen, maar zeker ook bij

jongeren aan te pakken. Elk van ons kan daarin een rol spelen.



Week tegen Eenzaamheid

De Landelijke opening van de Week tegen Eenzaamheid is op woensdag 24 september met De Verbinders Joep van Deudekom en Rob Urgert. Het wordt een dag vol verrassende elementen met interessante sprekers en volop mogelijkheden om elkaar te ontmoeten. [Bekijk het programma en schrijf u in](#)

Inspiratie: lokale acties

Op veel plekken is de Week tegen Eenzaamheid in voorbereiding. Bijvoorbeeld in gemeente Losser. Daar roept Fundament (organisatie voor bibliotheek, cultuur en sociaal werk) kinderen op [ontwerpen voor postkaarten](#) in te sturen. Winnende ontwerpen worden gebruikt in de Week. En in Utrecht is het op donderdag 25 september [Gewoon een beetje extra aardig-dag](#). Een dag vol vriendelijkheid, verbinding en aandacht voor elkaar – klein of groot, waar veel ondernemers aan meedoen.

Bron en foto's: Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

Erme Job, derde bedrief

Elifaz, Bildad en Zofar blijven proberen om hun vriend Job ervan te overtuigen dat de rechtvaardige God goed gedrag beloont en slecht gedrag juist afstraft. Maar Job vindt, alles beschouwend wat hem is overkomen, dat God bij hem de fout is ingegaan. Hij weerlegt alle argumenten die zijn drie vrienden opvoeren en probeert intussen God zelf ervan te overtuigen dat hij zijn huidige lot niet heeft verdiend. Job hoopt in een rechtszaak te kunnen aantonen dat God zich heeft vergist, waarna deze zijn vergissing vast en zeker zal herstellen.

Job 16:2-9, Job voe de twidde kêr tegen z'n maats in

² Dat è 'k aol a zovee dikkels ehoôre. Joldere troôst brieng me nog meêr ellende!

³ Ouwe je nog 's op mie die winderige praat? J' oeve toch nie persee wat trug te zeggen?

⁴ A jolder in mien plekke wazze, dan zou ik ok zo kunne prate. Dan zou 'k ok lange preken kunne ouwe, en van neê kunne schodde.

⁵ Oewel a 'k jolder dan liever mie m'n woorden zou steune, en mie de troôst van m'n luppen zou verluchte.

⁶ As ik prate, wor de piene beslist nie minder. Mae oevée zou die dan minder worre as ik zou zwiege?

⁷ Ik bin effenof glad de punt of. En eêl m'n uus'ouwen is kapot'emaèkt deur Joe.

⁸ J' ei me flienk te pakken ehad, en dat wor noe tegen me gebruikt. M'n anklaeger is a tegen mien

op'ekomme, en ie staè a te getugen.

⁹ Z'n kwaed'eid ei mien an stikken eschoord en laète vaole; mie z'n tanden doe t'n naè me biete. En m'n tegenstander ou mien goed in de gaten.

Job 23:2-14, Job voe de derde kêr tegen z'n maats in

² Ik bluve opstandig, en ik gaè deur mie klaegen; m'n vuuste is arder as m'n gekerm.

³ O, a 'k noe mae wist waèr a 'k n kon vinde, a 'k mae 's voor z'n troôn verschiene kon!

⁴ Dan zou 'k m'n zaak an z'n voorlegge, en mie aol m'n argumenten komme.

⁵ En dan zou 'k ok z'n weerwoord kenne, en begriepe wat a t'n zegge wil.

⁶ Zou t'n dan mie aol z'n macht tegen mien ingae? Belneênt, ie zou me gewoon an'oôre.

⁷ Daè zou 'n oprecht mens z'n zaak 's dudelik an z'n voor kunne legge. En zou 'k voegoed van de rechter verlost weze.

⁸ Mae dan gaè 'k naè 't oôsten toe, en daè is t'n dan nie.

Of naè 't westen, en daè vinne 'k ok n nie.

⁹ A t'n bezig is in 't noorden, dan zie 'k n daè nie. En a t'n naè 't zuden gaèt, dan zie 'k n awee nie.

Ik bin effenof glad de punt of. En eêl m'n uus'ouwen is kapot'emaèkt deur Joe.¹⁰ En um ken wè de pad daèr a

ik over gae. Maer a t'n mien daèrom 's zou onderzoeke, dan zou 'k zo zuver blieke as goud.

¹¹ Ik è aoltied zien voetspoor evolgd; ik bin op zien pad ebleve, en ik bin noôit of'esloge.

¹² Van de bevelen van z'n luppen bin 'k noôit of'eweke; de woorden uut z'n mond wazze mien meêr waerd as m'n bezit.

¹³ Mae ie is vastbeslote, en wien kan um nog om laète draaie? Wat a t'n wil, da doe t'n ok.

¹⁴ Ie voltrokt z'n vonnis over me, en zo is t'n nog vee meêr van plan.

Ondanks zijn bange dromen gelooft Job de rechtszaak tegen God te kunnen winnen. Hij heeft er het volste vertrouwen in.

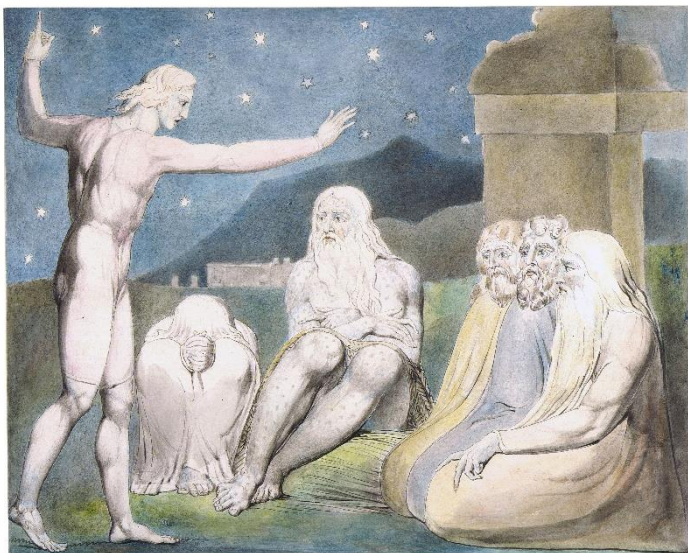
31:35-37, 't slot van Job z'n slotbetoag

³⁵ O, wien zou t'r noe 's naè me wille luustere? Ier is m'n andteëkenienge, laèt d'n Aolmachtigen noe reagere!



Job heeft nachtmerries over de bestraffende God.
Kopergravure van William Blake.

Noe de geschreve dagvaerdieng van m'n tegenstander!
 36 Ja, die zou 'k zo 's fier over m'n schoere draege;
 die zou 'k opzette of a 't 'n kroône was.
 37 Ik zou aol m'n voetstappen bie um verantwoorde;
 as 'n prins zou ik op z'n toetreeë.



De oude, wijze Job wordt belerend toegesproken door de jonge Elihoe.

Hiermee beëindigt Job zijn betoog. Het wachten is op een reactie van God, maar die blijft voorlopig uit. Wel verschijnt er een vierde raadgever ten tonele, de jongeling Elihoe de Boeziet. Ondanks diens gebrek aan levenservaring meent hij reeds alles perfect te doorzien.

Job 32:1-10, 't optreeën van Elihoe de Boeziet

¹ De drie mannen gienge d'r nie mî vadder op deur; Job was ommers in z'n eigen oagen tóch rechtvaardig. ² Mae toen wier t'r eên 's vee kwaed, en dat was Elihoe van Barachel de Boeziet, eên van de Rammen. Die was 's 'n bitje kwaed op Job, omma die z'n eigen wou rechtvaardige, in plekke van God. ³ En ie was ok 's kwaed op de drie maats van Job, omma die gin goeie argumenten kunne vinden ao, en 't zodoende net eênder leek of a God wè schuldig was. ⁴ Daëvoor aò Elihoe nog niks ezeid tegen Job, wan die are wazze aolegaere ouwer as um. ⁵ Mae toen a t'n zag da d'r uut de monden van die are drie venters toch gin argumenten gienge komme, toen wier t'n kwaed.

⁶ En Elihoe van Barachel de Boeziet, die zei: ik telle ik minder daegen as jolder, jolder bin vee ouwere mannen.

Zodoende was 'k eêst nog schoef en benauwd om uut te gaë leggen wat a ik aol wete.

⁷ Ik docht eêst: "Laèt de daegen mae spreke, en laèt de jaeren mae wijsheid briege",

⁸ mae 't is de geêst in 'n mens - deur d'n aesem van d'n Aolmachtigen - die a n 't inzicht geeft.

⁹ 't Bin nie d' oudste die a echt verstandig bin, nie die op leeftied, die a oordeêlkundig bin,

¹⁰ dus daërom zegge 'k: "Luuster naè mien, laèt mien uutlegge wat a ik aol wete."

Elihoe brengt echter geen nieuwe inzichten; hij komt vooral erg betweterig over. Maar wel brengt hij zijn boodschap en zijn redenties in bijzonder bloemrijke taal. Dit moet hem zeker worden nagegeven.

Job 34:2-12, 'n stiksje betoog van Elihoe

2 Oôr mien woorden, jolder wieze mannen, luuster naè mien, geleêrde eêren.

3 't Oôre proef ommers de woorden, liek as a 't verhemelte eten proeft.

4 Noe zu me 's uut gaë zoeken wat a rechtvaardig is, noe zu m' onder mekare 's uitmaeke wat a goed is.

5 Job, die zei: "Ik stae ik in m'n recht, mae God ei me van mien recht beroafd.

6 Sint a 'k geliek è, worre 'k as leugenaer ezie; ik è 'n ongeneeslike schotwonde, oewel a 'k onschuldig bin."

7 Wat is Job noe voe 'n vent, da t'n kwaed indrienkt as waeter,

8 da t'n mie kwaeddoeërs omgaèt, en mie slechteriken optrokt?

9 Wan ie zei: "'n Mens ei t'r niks an, om goed te wille wezen mie God."

10 Zodus, oôr mien an, jolder mannen van verstand: 't leste dat a God za doe, is kwaedwillig'eid; d'n Aolmachtigen za noôit gin onrecht plege.

11 Mae ie betael de mens uut naè z'n werk, ie laèt n ontvange naè wat a t'n doet.

12 Wezenlik waer, God za noôit gin kwaed doe; d'n Aolmachtigen za gerechtig'eid nie verdraaie

Wordt vervolgd.

Tekst en beeld: Hans de Vos.

Colofon

Hans de Vos uit het Zeeuwse Kwadendamme verdiept zich graag in de lokale, Zuid-Bevelandse geschiedenis en in de Zeeuwse taal waarin hij werd grootgebracht. Als de taal van het hart kan de moedertaal immers een sterk gevoel van begrip en waarheid tot ontwikkeling brengen. Dit gevoel is het sterkst bij het verstaan van wijze woorden, bijvoorbeeld die uit de wijsheidsliteratuur in de Bijbel, of die in de Masnavi van Roemi.

Laat ze **niet binnen** wat ze ook verzinnen!



'Is het een nepagent, of is het oké? Check het via 112!'

Hoe gezond zijn babbeltrucs? Op deze uiterst domme vraag heeft AI, het enige juiste antwoord 'Babbeltrucs zijn niet gezond, maar schadelijk. Ze zijn een vorm van oplichting waarbij criminelen proberen mensen te misleiden om zo geld of waardevolle spullen te stelen'.

Voorlichting

Het aantal incidenten waarbij ouderen worden opgelicht door criminelen die zich voordoen als agent, blijft stijgen.

De politie en Omroep MAX slaan hun handen ineen om babbeltrucs door nepagenten te voorkomen.

Hoe blijf je deze zomer veilig van oplichters en hoe voorkom je inbraak tijdens je vakantie?

Hoe voorkom je slachtoffer te worden van babbeltrucs?

Nepagenten bellen vaak eerst op om hun komst aan te kondigen of kunnen gebruik maken van een brief. Ze vermelden dan (gewapende) inbraken in de buurt en direct gevaar voor de ouderen om hier ook slachtoffer van te worden. Om hen daar zogenaamd tegen te 'beschermen', willen de criminelen uit voorzorg hun waardevolle eigendommen vast bij de ouderen thuis ophalen om deze 'veilig te stellen'.

Daarom is op 11 juli 2025 de campagne van de politie in samenwerking met Omroep MAX gestart: 'Is het een nepagent, of is het oké? Check het via 112!' Want als er een nepagent voor de deur staat, of je hebt twijfel, dan mag je altijd 112 bellen.

Wil je meer informatie over de campagne? Dat [vind je op MAX Vandaag](#). Tips van de politie om babbeltrucs te voorkomen, of wat je moet doen als je bent opgelicht vind je op de website van de politie: www.politie.nl/babbeltrucs.



Geef geen sieraden, pasjes e.d. af.

Hoe vaak komen babbeltrucs voor?

Babbeltrucs met nepagenten komen helaas steeds vaker voor. Waar er in 2024 driehonderdvijftig aanhoudingen zijn verricht, zijn dat er in het eerste half jaar van 2025 al driehonderdvijf. Eén op de vijf mensen trapt in een babbeltruc. Staat er iemand in een politie-uniform voor je? Vertrouw dan niet blindelings op de outfit.

Om te voorkomen dat je in een babbeltruc trapt, kun je onderstaande flyer uitprinten en deze aan de binnenkant van de voordeur plakken. Zo weet je op welke punten je moet letten en hoe je kunt handelen als je het niet vertrouwt.

Waar kun je de flyer vinden om aan de voordeur te plakken?

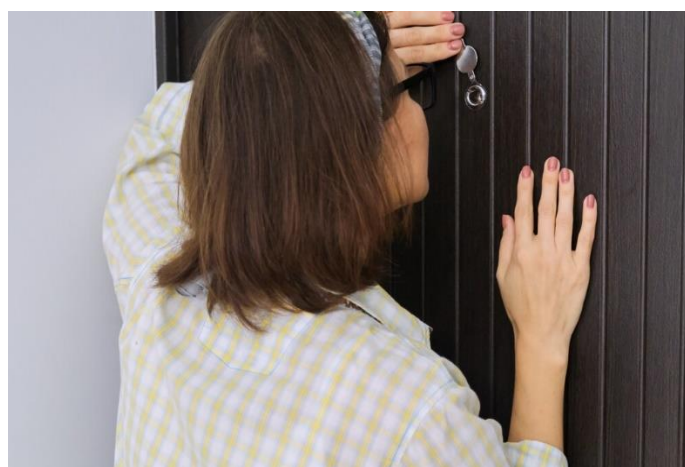
Download (en print) hier de flyer: [Flyer nepagenten politie-Omroep MAX](#)

Wat kun je doen om zelf inbraak te voorkomen als je op vakantie bent?

Het komt natuurlijk ook regelmatig voor dat er wordt ingebroken als mensen op vakantie zijn.

Wat kun je doen om te zorgen dat inbrekers jouw huis niet binnenkomen?

-Breng de burelen op de hoogte van je vakantie, zo weten zij dat het niet klopt als ze toch iets verdachts opmerken



-Een (camera)deurbel is handig, maar geen garantie om inbraak te voorkomen, want inbrekers weten tegenwoordig hoe ze goed buiten beeld kunnen blijven

-Sluit niet alle gordijnen, maar laat het lijken of je gewoon thuis bent

-Zorg dat de planten in de tuin gesnoeid zijn, zodat het opvalt als er inbrekers actief zijn

-Laat niet op social media weten dat je op vakantie bent en deel ook geen foto van je boardingpass van [een vakantie die nog op de planning staat](#)

-Laat uiteraard je waardevolle spullen op een veilige plek

Meer tips om je huis veilig achter te laten [vind je in dit artikel van Meldpunt](#).

Bronnen: Omroep MAX, Politie. Foto: Politie.



Rabo ClubSupport

Iedereen verdient een club. Een plek waar je elkaar ontmoet, waar gewerkt wordt aan een duurzamere wereld, waar je elkaar sterker maakt en waar je helemaal jezelf kunt zijn. Daarom ondersteunen wij clubs en verenigingen.

Wat is Rabo ClubSupport?

Als coöperatieve bank geven we ieder jaar een deel van ons resultaat terug aan clubs en verenigingen. Daarnaast zetten we kennis en een groot netwerk in om clubs en verenigingen toekomstbestendiger te maken. Dit doen we op 3 manieren:

Rabo ClubSupport Ondersteuning

Wil je jouw club financieel toekomstbestendig maken, meer aandacht vestigen op inclusie of het clubhuis verduurzamen?

Het hele jaar door kun je jouw club aanmelden voor een traject, waarna je op basis van een screening wordt ingedeeld in een ondersteuningsgroep. Dit kan zijn middels 1-op-1 begeleiding, maar ook workshops en masterclasses die gedurende het jaar worden georganiseerd.

Zo helpt Rabo ClubSupport Ondersteuning

Clubs en verenigingen kunnen het hele jaar hun ondersteuningsbehoefte kenbaar maken. In overleg met onze procesbegeleiders wordt bepaald

via welke ondersteuningsvorm we de club het best kunnen ondersteunen.

Rabo ClubSupport stemcampagne

Elk jaar organiseren wij de Rabo ClubSupport Stemcampagne waarmee we clubs en verenigingen een financieel steuntje in de rug geven. Onze leden bepalen welke clubs en verenigingen we financieel ondersteunen. Support je favoriete clubs of verenigingen in jouw buurt met je stem in de Rabo App. Hoe meer stemmen, hoe meer geld voor je club. Je maakt dus écht een verschil.

Stemmen kan vanaf 1 september 2025.

De resultaten worden bekend gemaakt tussen 29 september en 10 oktober.

**ONZE BANK OOK VAN
WIE  CLUBS EEN
BEETJE EXTRA 
SUPPORT WIL GEVEN**

Inschrijven

Wil je meedoen aan de Rabo ClubSupport stemcampagne? Aanmelden kan van eind mei tot medio augustus. Let op! Voor de inschrijving van jouw club of vereniging heb je een code nodig. Kom je in aanmerking om mee te doen, dan kun je een e-mail met alle informatie om in te schrijven ontvangen. De club of vereniging moet natuurlijk wel klant zijn bij Rabobank.

Een paar voorbeelden van acties:

Biodiversiteit in de buurt

Deze ideeën kunnen bijdragen aan meer natuur in de buurt. Denk aan buurtmoestuinen, groene daken en gevels of voedselbossen.

Een financieel gezonde buurt

Deze ideeën zorgen ervoor dat alle bewoners in de buurt financieel beter kunnen meekomen.

Fijn toch?

Denk aan een repair café, mini bieb of een buurtcursus.

Nieuwe energie in de buurt

Deze ideeën kunnen de buurt en haar bewoners voorzien van nieuwe energie. Letterlijk en figuurlijk natuurlijk. Denk aan een coöperatieve zonnepark, LED-lampen of een gedeelde laadpaal.

Dien jouw project of initiatief in

Het hele jaar door kun je een project of initiatief voor het verbeteren van jouw buurt indienen. Dat kunnen initiatieven zijn die zorgen voor meer financiële gezondheid in jouw buurt of bijdragen aan de energie- of voedseltransitie. Onze lokale ledenraden beoordelen deze aanvragen en bepalen uiteindelijk welke initiatieven geholpen worden met een financieel steuntje in de rug. Deze lokale voorwaarden vind je via de link in het aanvraagformulier van jouw leefgebied. Een verzoek voor een bijdrage vanuit het coöperatief dividend kan alleen ingediend worden door een vertegenwoordiger van een niet op winst gerichte organisatie die is ingeschreven bij de Kamer van Koophandel. Om een goed beeld van jouw aanvraag te krijgen, vragen we je minimaal een uittreksel Kamer van Koophandel, plan van aanpak en een begroting toe te voegen.

Met Rabo ClubSupport bepalen onze leden welke clubs en verenigingen we een financieel steuntje in de rug geven. Support je favoriete clubs of verenigingen in jouw buurt met je stem in de Rabo App. Hoe meer stemmen, hoe meer geld voor je club. Je maakt dus écht een verschil.



Senioren Eropuit!

ZEEUWSE PORTRETTE

Zeeuwse portretten uit
de achttiende eeuw

TE ZIEN VANAF 3 JULI 2025



Tentoonstelling in Stadhuis museum Zierikzee

In de achttiende eeuw liet de Zeeuwse elite zich graag en veel portretteren. Deze tentoonstelling toont een keur aan portretten van Zeeuwen uit de achttiende eeuw. Er zijn veel portretten uit die periode bewaard gebleven. Zeeuwse families als Boddaert, Van Citters, Hurgronje (later Snouck

Hurgronje), Van der Mandere, Ockersse, Radermacher, Schorer (later Radermacher Schorer) en Steengracht behoren tot de opdrachtgevers.

Tot het laatste kwart van de achttiende eeuw waren er echter bijna geen lokale portrettisten die de markt bedienden. Men laat zich dan ook niet alleen in Zeeland portretteren, maar ook als men bijvoorbeeld voor zaken in Den Haag of voor familiebezoek elders is.

Om in de grote vraag naar portretten te voorzien komt Philip van Dijk (1683-1753) in 1708 vanuit Amsterdam naar Middelburg, waar hij tien jaar blijft. Zelfs na zijn vertrek naar Den Haag keert hij tot op hoge leeftijd terug 'met een jaarlyks reisje naar Zeelant'. Begin jaren vijftig verblijft Jan Palthe (1717-1769) korte tijd in Zeeland. In het midden van de achttiende eeuw vestigt de uit Duitsland afkomstige Jean Henry Appelius (1721-na 1790) zich in Zeeland. Pas in het laatste kwart van de achttiende eeuw komen ook lokale portrettisten in beeld als Abraham Meertens (1747-1823) en Jacob Perkois (1756-1804).

In de tentoonstelling worden werken getoond uit de collecties van Kasteel Duivenvoorde, Kasteel Keukenhof, Museum De Lakenhal, de Rijksdienst voor het Cultureel Erfgoed, het Zeeuws Museum, het Zeeuws Genootschap, het Zeeuws Archief, alsook van particulieren. Veel van deze portretten zijn zelden voor publiek te zien.

In het boek Zeeuwse portretten uit de achttiende eeuw, geschreven door Jim van der Meer Mohr, wordt er voor het eerst een overzicht gegeven van de portretschilders die in de achttiende eeuw in Zeeland actief waren en de Zeeuwen die zij hebben uitgebeeld. Het is een nieuw deel in de reeks 'Zeeuwse meesters' van Stadhuis museum Zierikzee en Uitgeverij WBooks.



van oeveren reizen

50-PLUS **BUSPROGRAMMA**

Boek nu zorgeloos uw vakantie

- ✓ Inclusief alle entreegelden
- ✓ Inclusief kofferservice
- ✓ AED en gratis wifi
- ✓ Zeer luxe touringcars
- ✓ Binnen onze regio wordt u thuis opgehaald



Van Oeveren Reizen Zierikzee — 0111- 414348 of www.vanoeveren.nl