KBO Hoorn



Foto: Karin Lansdaal

# Mededelingen

21e jaargang nr. 4 april 2026

Mededelingenblad
voor leden van KBO Hoorn
Verschijnt 10x per jaar
Oplage 500 exemplaren

**21e jaargang nr. 4** **april 2026**

## Voorstel nieuwe naam KBO Hoorn, jaarvergadering KBO Hoorn

Op 8 april neem ik afscheid als voorzitter van uw KBO Hoorn. Dat zal gebeuren tijdens de Algemene Ledenvergadering. Op die vergadering zullen voorstellen van het bestuur in stemming worden gebracht. Eén van die voorstellen is een naamswijziging van onze vereniging. Katholieke Bond van Ouderen is een goede naam, die willen we behouden, maar gedurende de 70 jaren van ons bestaan is de maatschappij veranderd. De zuilen (katholiek, protestant) zijn geen richtingbepalend gegeven meer om je er wel of niet bij aan te sluiten. Toch staat dat katholieke wel voor normen en waarden waarin de meesten van ons zijn opgegroeid en die we nog steeds uitvoeren in meer of mindere mate. Daarom willen we de K zeker laten staan. In ons bestuur zijn bestuursleden die niets met het katholieke hebben, er niet in opgegroeid zijn, maar kwalitatief een grote bijdrage leveren aan ons beleid en de uitvoering van het beleid. Wij hechten aan beide kanten waarde; het talent van de mens en de richting die hij zij op religieus gebied wel/niet heeft. Het bestuur is gaan kijken waar we voor staan. Dat zijn de belangen voor de senioren in onze Hoornse gemeenschap. Zo kwamen wij uit bij de nieuwe naam waarover u kunt stemmen op 8 april aanstaande.

**KBO Hoorn wordt Senioren Belangenvereniging KBO Hoorn.**
Niet elk lid zal aanwezig kunnen zijn op de vergadering. Er is een emailadres van de KBO Hoorn: bestuur.kbohoorn@gmail.com
Wij stellen het op prijs als u, als u daar behoefte aan heeft, uw reactie op de nieuwe naam aan ons laat weten. Ook de nieuwe statuten en het jaarverslag zullen wellicht een reactie oproepen. U kunt het allemaal aan ons kwijt.
Liever bellen? Zolang ik voorzitter ben, kunt u mij bellen op 0229-504592. Of mijn voicemail inspreken.
Ten tweede: Er is één correctie op het jaarverslag. Er wordt geschreven dat we in juli en augustus NIET vergaderen, dat moet zijn: juli en december.
Ik kijk uit naar uw reacties. Ze zijn allemaal welkom.

Met hartelijke groet,
Karin Lansdaal



1917
VERENIGING
OUD HOORN

Onder de Boompjes 22
1621 GG Hoorn
tel. 0229 27 35 70
info@oudhoorn.nl

www.oudhoorn.nl




Vereniging Oud Hoorn staat midden in de Hoornse samenleving. Al meer dan 100 jaar. En in al die jaren heeft zij de stad behoed voor verval, sloop en achteruitgang.
Om de aandacht voor historisch erfgoed levend te houden organiseert Oud Hoorn lezingen, wandelingen en cursussen, bespreekt actuele en minder actuele zaken op Facebook, onderhoudt een uitgebreide openbare beeldbank en bovendien een zeer complete historische website. Door lid te worden van de Vereniging draagt u bij aan het behoud van de historische stad Hoorn. Een lidmaatschap kost maar €25,00 en daarvoor krijgt u ook nog eens elk kwartaal ons fraaie tijdschrift in de bus.

***Een eeuw lang actief voor Hoorns erfgoed***

# *Activiteiten 2026 KBO Hoorn*

## Dinsdag 7 april 2026: Leesclub

Janke Reitsma: "*Niets ontgaat ons*"
Locatie: Bibliotheek Hoorn Centrum, Inn de Koepel, Wisselstraat 8, Hoorn.
Tijd: 14.15 - 15.45 uur.
Leiding: Marian Grent.
Opgave nieuwe lezers bij Karin Lansdaal, zie colofon.

## Woensdag 8 april:
## Algemene Ledenvergadering KBO Hoorn

Bestuur KBO Hoorn nodigt u allen uit om aanwezig te zijn bij de Algemene Ledenvergadering. Het bestuur legt verantwoording af over het uitgevoerde beleid in het afgelopen kalenderjaar.
Zie uitnodiging en agenda op pagina 7.
Na de pauze: Cabaretgroep 'Zoete Koek'.
Locatie: Chez Dick, Ramen 10, 16212 EL Hoorn, tel.nr: 0229-218658.
Tijd: 13.30 uur - 17.00 uur, zaal open om 13.00 uur.

## Maandag 20 april: Bingo

Locatie: Wijkcentrum Kersenboogerd, Brederodegracht 1, Hoorn.
Aanvang: 14.30 uur.
Kosten: **3,50 euro** per plankje, daar speelt u 4 rondes mee.

## Woensdag 22 april:
## Cultuurreisje naar Museum Singer Laren

Meer info op pagina 27.

## Donderdag 7 mei: Voorjaarsreis

De reis gaat naar het Industrieel Smalspoor Museum in Drenthe.
Meer info op pagina 28.

## Woensdag 13 mei: Vrouwen in de kunst

Constance de Ronde heeft zich verdiept in de Vrouwen in de kunst in de opeenvolgende stijlperiodes. Hoe worden ze afgebeeld, welke plaats nemen ze in, wat is hun functie? Spelen ze de hoofdrol, of de bijrol? Alleen voor de schoonheid of is er ook een (maatschappelijke) boodschap te vertellen?
Het belooft een interessante culturele middag te worden, verzorgd door Constance de Ronde.
Locatie: Rode Kruisgebouw, Vredehofstraat 9C, Hoorn.
Tijd: 14.00 - 16.00 uur.
Toegang: 5,00 euro.

## Woensdag 20 mei: Cultuurreisje naar de botanische tuinen in Utrecht

Meer info op pagina 27.

## Woensdag 10 juni: Leven van de lucht

Lezing door Gerard Plukkel.
Locatie: Rode Kruisgebouw, Vredehofstraat 9C, Hoorn.
Tijd: 14.00 - 16.00 uur, inloop vanaf 13.30 uur.
Toegang: 5,00 euro.
Meer info op pagina 29.

## Elke maandagmiddag = bridgemiddag

Locatie: Rode Kruisgebouw, Vredehofstraat 9C, Hoorn.
Opgeven bij Jan Ruitenberg, 06-11243305.






**OOK JE (T)HUIS VERKOPEN? BEL OF MAIL ONS VOOR ADVIES.**

PRONK & VAN DER WAL MAKELAARDIJ

Gouw 2, 1621 HB Hoorn
info@pronkvanderwal.nl
www.pronkvanderwal.nl

Bel ons op 0229 - 285 800

NVM

decorette ongeWOON advies!

Gordijnen Zonwering Vloerbedekking Behang Woonaccessoires

**Decorette Hoorn** Gouw 19 | 1621 HA Hoorn | T 0229-214343 | www.decorette.nl

de Haan DIE SCHAKEL JE IN

SINDS 1923 100 JAAR

Lange Kerkstraat 15, 1621 EG Hoorn
tel. 0229-214667 | email info@dehaanelektro.nl
www.dehaanelektro.nl

Voor al uw audio, tv, witgoed, klein huishoudelijk en inbouw apparatuur met service en eigen reparatie afdeling.

## Bestuur KBO Hoorn nodigt u uit voor de Algemene Ledenvergadering op 8 april 2026

Locatie: Chez Dick, Ramen 10 1621 EL Hoorn,
tel.nr.: 0229-218658 / 06-29057515.
Tijd: 13.30 uur - 17.00 uur, zaal open om 13.00 uur.

Aanwezigheid bij vergadering melden bij:
Marjan van der Vegte-Schermer: mvdvs@xs4all.nl of 06-15610452.

Agenda Algemene Ledenvergadering KBO Hoorn

1. Welkom en opening.
2. Overleden KBO-leden in 2025.
3. Jaarverslag samengevat.
4. Financieel overzicht 2025 en begroting 2026.
5. Vragen/opmerkingen n.a.v. jaarverslag en/of financieel verslag.
6. Bevindingen kascommissie over financiën 2025.
7. Nieuwe leden kascommissie.
8. Voorstel om contributie te verhogen. In stemming brengen.
9. Statutenwijzigingen samengevat. In stemming brengen.
10. Naamswijziging van Katholieke Ouderenbond Hoorn naar *Senioren Belangenvereniging KBO Hoorn.* In stemming brengen.
11. Voorstellen nieuw bestuurslid/secretaris:
    Marjan van der Vegte-Schermer.
12. Voorstellen nieuwe voorzitter? / Bekendmaking andere invulling bestuurlijke taken.
13. Afscheid huidige voorzitter.
14. Vragen, opmerkingen, reacties n.a.v. al wat gezegd is.

PAUZE

Na de pauze: *Cabaretgroep 'Zoete Koek'*

Bestuur KBO Hoorn




PUUR
OPTIEK

Breed 54 | Hoorn | 0229 21 68 58

www.puur-optiek.nl

## WIJZIGINGEN IN DE STATUTEN

**De huidige KBO Statuten dateren van 30 november 2018. In de Algemene Ledenvergadering van april 2019 hebben de KBO Hoorn leden deze statuten goedgekeurd. Nu zijn door KBO Noord-Holland de huidige statuten op sommige onderdelen herzien en/of aangepast aan de tijd.**
**Hieronder volgen alléén de gewijzigde artikelen. Déze zijn onderwerp van stemming op de Algemene Ledenvergadering op 8 april 2026.**

**De andere statuten zijn ongewijzigd en door u al goedgekeurd in 2019.**

Artikelen 9 en 10, met betrekking tot besturen van de vereniging, zijn uitgebreid of verduidelijkt met de groen weergegeven woorden

**Artikel 9.** 1. Het bestuur is belast met het besturen van de vereniging. 2. Bij de vervulling van hun taak richten de bestuursleden zich naar het belang van de vereniging en de daarmee verbonden organisatie. Het bestuur stelt een adequaat controlesysteem op. Hierin wordt in elk geval opgenomen dat met betrekking tot betalingen het “vier ogen principe” wordt toegepast. 4. Ieder bestuurslid is tegenover de vereniging gehouden tot een behoorlijke vervulling van de hem opgedragen taak. Indien het een aangelegenheid betreft die tot de werkkring van twee of meer bestuursleden behoort, is ieder van hen geheel aansprakelijk ter zake van een tekortkoming, tenzij deze niet aan hem is te wijten en hij niet nalatig is geweest in het treffen van maatregelen om de gevolgen daarvan af te wenden.

Het bestuur is bevoegd onder zijn verantwoordelijkheid bepaalde onderdelen van zijn taak te doen uitvoeren door commissies die door het bestuur worden benoemd. Het bestuur is, mits met goedkeuring van de algemene vergadering, bevoegd tot het sluiten van overeenkomsten tot het kopen, vervreemden of bezwaren van registergoederen, het sluiten van overeenkomsten waarbij de vereniging zich als borg of

hoofdelijk medeschuldenaar verbindt, zich voor een derde sterk maakt of zich tot zekerheidstelling voor een schuld van een derde verbindt. Het bestuur behoeft eveneens goedkeuring van de algemene vergadering voor besluiten tot: a. het aangaan van overeenkomsten, waarbij aan de vereniging een bankkrediet wordt verleend; b. het ter leen verstrekken van gelden, alsmede het ter leen opnemen van gelden; c. het sluiten en wijzigen van arbeidsovereenkomsten. Op het ontbreken van deze goedkeuringen kan door en tegen derden geen beroep worden gedaan. Het bestuur heeft de voorafgaande goedkeuring als bedoeld in artikel 12 lid 6 nodig voor het opzeggen namens de vereniging van het lidmaatschap van KBO Noord-Holland.

**Artikel 10 1**. Het bestuur vertegenwoordigt de vereniging. 2. De vertegenwoordigingsbevoegdheid komt mede toe aan twee gezamenlijk handelende bestuursleden. 3. Het bestuur is bevoegd aan anderen een schriftelijke volmacht te verlenen, op grond waarvan deze bevoegd zijn de vereniging in de in de volmacht omschreven gevallen te vertegenwoordigen.

**Algemene ledenvergaderingen Artikel 11** 1. De algemene ledenvergaderingen worden gehouden in de gemeente waar de vereniging statutair is gevestigd. 2. Bij de oproeping voor de vergadering wordt tevens vermeld of toepassing wordt gegeven aan de mogelijkheid om door middel van een elektronisch communicatiemiddel deel te nemen aan de vergadering en eventuele aanvullende voorwaarden die daarbij gelden.

Een toestemmingsbesluit als hiervoor in artikel 9 lid 8 vermeld voor het opzeggen namens de vereniging van het lidmaatschap van KBO Noord-Holland, dient te worden genomen met ten minste drie vierde (3/4) meerderheid van de uitgebrachte stemmen in een vergadering waarin ten minste de helft van de leden aanwezig of vertegenwoordigd is

Stemgerechtigde leden kunnen in de algemene vergadering hun stemrecht uitoefenen door middel van een elektronisch

communicatiemiddel. Het bestuur kan hieraan nadere voorwaarden verbinden of besluiten dat deze mogelijkheid voor een bepaalde algemene vergadering niet wordt geboden. 8. Voor de toepassing van het stemmen door middel van een elektronisch communicatiemiddel draagt het bestuur ervoor zorg dat de stemgerechtigde via het elektronisch communicatiemiddel kan worden geïdentificeerd, rechtstreeks kan kennisnemen van de verhandelingen ter vergadering en het stemrecht kan uitoefenen. 9. Het bestuur draagt er in de in lid 7 bedoelde vergaderingen voor zorg dat de stemgerechtigde via het elektronisch communicatiemiddel kan deelnemen aan de beraadslaging. 10. Stemmen die voorafgaand aan de algemene vergadering via een elektronisch communicatiemiddel worden uitgebracht, maar niet eerder dan op de dertigste dag voor die van de vergadering, worden gelijkgesteld met stemmen die ten tijde van de vergadering worden uitgebracht.

Artikel 19, hieronder, is in zijn geheel aan de bestaande statuten toegevoegd en gaat over het instellen van een verantwoordelijke persoon als het bestuur is afgetreden/teruggetreden/is ontzet.

**Continuïteitscommissie Artikel 19 1**. De algemene ledenvergadering benoemt de leden van de continuïteitscommissie. De continuïteitscommissie bestaat uit ten minste één lid. 2. De continuïteitscommissie treedt in de bevoegdheden van het bestuur in geval van belet en/of ontstentenis van alle bestuursleden. 3. De continuïteitscommissie is gehouden alle lopende zaken van de vereniging te behartigen en hiervan verslag te doen aan de algemene ledenvergadering en dat te doen wat van een bestuur mag worden verwacht. 4. Is het aantal leden van de continuïteitscommissie minder dan drie, dan blijft de continuïteitscommissie bevoegd. 5. Een lid van de continuïteitscommissie treedt af volgens een door de continuïteitscommissie vast te stellen rooster van aftreden. Een wijziging in het rooster kan niet meebrengen dat een lid van de continuïteitscommissie tegen zijn wil moet aftreden voordat de termijn

waarvoor hij is benoemd, verstreken is. Een lid van de continuïteitscommissie treedt evenwel uiterlijk af op de dag van de eerstvolgende vergadering van de algemene ledenvergadering na afloop van drie jaren na zijn laatste benoeming. Een aftredend lid van de continuïteitscommissie kan tweemaal worden herbenoemd. 6. Een lid van de continuïteitscommissie defungeert voorts door schriftelijk bedanken met inachtneming van een opzeggingstermijn van drie maanden. Een lid van de continuïteitscommissie defungeert voorts doordat hij niet langer aan de vereisten voldoet die gelden voor leden van de continuïteitscommissie. 7. Leden van de continuïteitscommissie kunnen te allen tijde door de algemene vergadering worden ontslagen. 8. Lid van de continuïteitscommissie kunnen niet zijn: a. bestuursleden; b. leden van de kascommissie; c. leden van een tuchtcommissie of commissie van beroep van de vereniging.

**Slotbepaling Artikel 20 1.** Alle officiële mededelingen van de vereniging worden bekend gemaakt op de website van de vereniging of op een andere door het bestuur bepaalde wijze. 2. Onder oproep, bijeenroepen, (schriftelijke) uitlating of mededeling of kennisgeving wordt tevens verstaan: een bericht per e-mail aan het e-mailadres dat door het lid voor dit doel is opgegeven, waarbij geldt dat het lid uitdrukkelijk heeft ingestemd om zodanige berichten langs deze weg te ontvangen. 3. Onder ter inzagelegging wordt (mede) verstaan: toegankelijk maken voor de leden op de website of enig andere via een elektronisch communicatiemiddel te bereiken plaats van de vereniging. 4. Onder bijeenkomst of vergadering wordt verstaan een bijeenzijn van meerdere personen die met elkaar spreken, waaronder naast lijfelijk bijeenzijn tevens wordt verstaan het deelnemen aan het gesprek via telefoon of elektronisch communicatiemiddel, mits de identiteit van de niet-lijfelijk aanwezige(n) voldoende kan worden vastgesteld en dit door de fungerend voorzitter goedgekeurd wordt en in notulen of het verslag daarvan melding wordt gemaakt. Stemgerechtigden kunnen hun stemrecht uitoefenen door middel van het hiervoor bedoelde elektronische communicatiemiddel, mits de stemgerechtigde via het

elektronische communicatiemiddel rechtstreeks kan kennisnemen van de verhandelingen ter vergadering en kan deelnemen aan de beraadslaging. 5. In alle gevallen waarin noch door de wet, noch door de statuten, noch door reglementen is voorzien of wanneer bepalingen daarvan voor meer dan één uitleg vatbaar zijn of anderszins onduidelijk, beslist het bestuur. Tegen een dergelijk besluit is bezwaar mogelijk bij de algemene ledenvergadering, welk bezwaar binnen vier weken na het besluit door het bestuur schriftelijk dient te worden ingediend.

April 2026

Bestuur KBO Hoorn.

## Doorgaan (tijdelijk) zonder voorzitter

De eerstvolgende Algemene Leden Vergadering is op woensdag 8 april. De ALV is altijd een belangrijke vergadering maar nu staat er wel een extra belangrijk aandachtspunt op de agenda:

We nemen na 8 jaar afscheid van onze voorzitter Karin Lansdaal.

Het is altijd jammer als iemand die zijn taak met verve heeft vervuld afscheid neemt. Op Karin konden we bouwen. Zij creëerde duidelijkheid, rust en veiligheid. Ze was mede-sfeerbepalend. Ze maakte dat wij ons als medebestuurders gehoord voelden. Ze hield de besluitvorming in de gaten. Zorgde ervoor dat alles aan bod kwam. Ze kon knopen doorhakken. Ze bewaakte de tijd. Ze was een boegbeeld voor onze afdeling. En een echte gastvrouw. Kortom, Karin wás KBO: **K**rachtig, **B**uigzaam, doch **O**nverwoestbaar! Dat was ze voor ons en dat zal ze blijven in de toekomst. Zich toeleggend op de dingen die belangrijk voor haar zijn.

Lieve leden en andere lezers van ons blad:
Een aantal mensen is reeds de revue gepasseerd. Mensen waarin wij een nieuwe voorzitter dachten te zien. Telkens dachten wij: Yes, nu is het raak! Maar helaas, in de gesprekken die zijn gevoerd met kandidaten die wij wél zagen zitten, zagen zij ons niet zitten … D.w.z. zij realiseerden zich dat het KBO-voorzitterschap niet niks is.
Wij maken ons sterk voor ouderen in Hoorn op velerlei gebied.
Er zijn bezigheden zoals bridgen en bingo. Er zijn themamiddagen met een breed scala aan onderwerpen. Er zijn reisjes en uitjes. Er is hulp bij het invullen van de belastingformulieren. Er zijn creatieve middagen. Er is een blad dat gemaakt en bezorgd moet worden. Er is een vrijwilligersdag. Er is een Algemene Ledenvergadering. Er is overleg met zuster-afdelingen. Er is een regionaal overleg en er is een provinciaal overleg. Er zijn bestuursvergaderingen.
Ergo conclusio: er is werk aan de winkel. En met name is er behoefte aan een nieuwe voorzitter. Iemand met inlevingsvermogen en liefde voor de medemens op een breed maatschappelijk vlak.

Lieve mensen, wij doen een beroep op u allen. Bent u degene die wij zoeken of weet u die persoon die wij nodig hebben te vinden … Wij gaan graag in gesprek.
Tot die tijd gaan wij proberen met 4 bestuursleden alles in goede banen te leiden. Wij zijn goeie maatjes met z'n vieren. Vol goede moed. Wij luisteren naar elkaar en vullen elkaar aan. Edoch: Karin gaan wij MISSEN!

Karin je bent nog niet weg …. Maar toch al vast bij deze: DANK JE WEL!

Ga genieten van alles waar je tot nu toe niet of te weinig aan toe gekomen bent. En gewoon van je vrije tijd, van het niet meer moeten!

Dank namens alle KBO-leden.

Liefs, Jan, Henk, Marjan en Marlie

## Afscheid Gonny de Vries als ouderenadviseur en bestuurslid KBO Hoorn



Gonny vertelde ons (bestuur) dat zij lid werd van de KBO Hoorn toen ze net 50 was. Al gauw nam ze plaats in het bestuur. Ze is er niet meer weggegaan.

Ze werd ouderenadviseur. De Zorg, *haar talent en haar beroep*, was voor haar een belangrijk onderwerp waar zij zich gretig voor inzette. Het kon altijd beter.
Zij nam daarnaast zitting in de Ouderenraad Hoorn, het orgaan tussen gemeente en Hoornse Ouderenbonden. Daar was zij ook op haar plaats met Zorg in haar portefeuille.

Gonny heeft een onuitwisbare indruk bij ons achtergelaten. Zij kon goed verwoorden wat er speelt, wat er nodig is en hoe je dat vervolgens voor elkaar zou kunnen krijgen.

Zij heeft meerdere voorzitters van KBO Hoorn meegemaakt. Eigenlijk kon niemand precies zeggen hoe lang Gonny deel uitmaakte van het bestuur. **KBO Hoorn is Gonny de Vries**. Je zou het in **een** adem kunnen zeggen.

Eind januari 2026 nam zij afscheid van het bestuur.

Een grote bos bloemen, een cadeaubon en een speech om haar te bedanken voor haar jarenlange inzet. Nu zij de 80 is gepasseerd, is het helemaal niet gek dat zij zich op eigen verzoek heeft teruggetrokken uit het bestuur.

Gonny, we danken je allemaal met een diepe buiging en diep respect voor alles wat je voor de KBO Hoorn hebt gedaan.

Bestuur KBO Hoorn



# BINGO

maandag 20 april

Aanvang: 14.30 uur

Locatie: Wijkcentrum Kersenboogerd,
Brederodegracht 1, Hoorn.

Kosten: **€ 3,50 per plankje, hiermee speelt u 4 rondes.**
**Er zijn leuke prijzen te winnen.**






## *Kijkt u uit naar een woonsituatie omdat het thuis gewoon niet meer lukt alleen?*

Wist u dat particuliere zorg ook betaalbaar kan zijn met een AOW en klein pensioen? Wij zijn een liefdevol, deskundig team, van alle markten thuis.. voor u!
Wij worden ontzettend blij als u blij bent, passie is en blijft onze grootste motivatie op allerliefste wijze..
Kom sfeer proeven, geheel vrijblijvend, We ontmoeten u graag!




**Meer informatie? Neem contact op met**
Jessica Verberne, locatieverantwoordelijke:
06-53943629
jessica.verberne@defamiliehoeve.nl

## *Binnenkort kunt u ook dagelijks onze gast zijn!*

De Gasterij bij onze **Familiehoeve** in Benningbroek is een kleine en unieke vorm van dagbesteding. Onze Gasterij is 'allerliefst' en we hebben plaats in onze warme XL-woonkeuken voor maximaal 6 personen.



Als vaste gast mag u – als u wilt- van maandag tot en met donderdag vanaf 10.00 uur tot 16.30 uur uw benen onder de keukentafel schuiven. De kosten hiervan zijn €75,- per dag en u krijgt hiervoor een factuur van ons, maandelijks achteraf voor uw administratie/persoonsgebonden budget.

We ontvangen u in een prachtige woonkeuken, sfeervol en gezellig.
Er zijn medewerkers die u gaat leren kennen als vertrouwde mensen, die er met een oprecht hart voor u willen zijn. "Wat gaan we doen?" Ja, wat u leuk vindt! En dat is divers, want we zijn nu eenmaal geen eenheidsworst. Meedoen kan op elk niveau en we blijven samen creatief kijken naar dat wat wél kan. Elkaar ontmoeten is de algemene deler, in open sfeer met elkaar kletsen over niks of over van alles. Vervoer van en naar onze Gasterij is aan u om te verzorgen.

# Verslag Themamiddag Osteoporose, 11 februari 2026

Zo'n twintigtal toehoorders waren die woensdagmiddag met uiteenlopende interesses naar de presentatie over *"Osteoporose, de botte(n) waarheid"* gekomen.

Waar de één dacht: *Ik weet er wel wat van, misschien hoor ik nog wat nieuws"",* zei een ander: "*Kùnnen ze mij nog wat nieuws vertellen?, ik worstel allang met dit probleem",* of: "*Ik dacht, misschien heb ik het ook wel, maar weet niet wat het is. Ik kan het niet eens uitspreken: ostep…!"* En precies die insteek nam mevrouw Thea Zaal, de voorlichter van de Osteoporosevereniging.




*"Iedereen weet er wel wat van. Heeft er wel/niet van gehoord. Osteo… Lastig woord".* Maar er is veel meer.

Ze begon met uitleg over structuur van jonge-botten-van-binnen en oude-botten-van-binnen. Oude botten vertonen de structuur van Bros-repen. U weet wel: *"Luchtig van binnen, bros van buiten!"*. De steeds groter wordende luchtkamers in het bot door het stijgen van de leeftijd zorgen voor steeds smaller wordende verbindingstukjes, de botbalkjes, tussen de luchtkamers; en zie daar de kwetsbaarheid van de botstructuur-binnenin. Niet zichtbaar aan de buitenkant en ook niet voelbaar. Want je voelt niet dat je osteoporose of de lichtere vorm osteopenie hebt. Totdat je valt! Dan weet je het! Meestal te laat …
De osteoporosevereniging is hard aan het werk om artsen, huisartsen en andere eerstelijnwerkers toe te rusten en te informeren over deze chronische ziekte die zich in lichamen afspeelt. *Diagnose.* Niet elke huisarts denkt eraan. Mevrouw Zaal benadrukte dat mensen hun

*eigen regie* moeten nemen als zij vermoeden dat zij, doordat zij bijvoorbeeld duidelijk gekrompen zijn in lengte, osteoporose hebben bij de huisarts aan de bel moeten trekken. Dus: vòòr hij/zij gevallen is. *Preventie.* Osteoporose kan het leven van een individu onaangenaam ontwrichten. Hoe eerder je het weet, hoe beter.
Aan bod (bot - haha) in de presentatie kwamen *onderzoek,* voorlichting, botòpbouwcellen en botàfbraakcellen, *voeding*, *medicatie*, leeftijd, verschil tussen mannen en vrouwen inzake osteoporose, hormooninvloeden, overgang, *activiteiten en werk ....*

Het toverwoord is **Bewegen, bewegen, bewegen.**
Bot-belastende acties zoals stevig wandelen, traplopen helpen de botten sterker te maken. En dan tijdens een langdurige tijdsspanne. Veertien dagen stevig wandelen helpt niet; maak er je gewoonte van! Pas het in in je leefpatroon: actief op tempo wandelen. Fietsen en zwemmen belasten het bot niet. Hardlopen en springen zijn ook botbelastend, maar dat is niet voor iedereen een oplossing! Vraag het aan je arts/fysio.

Ricco Poffijn van FysioHoorn kwam in een half uur de luisteraars praktisch uitleggen wat een fysiotherapeut voor osteoporose-patiënten kan doen. Het herstellen van balans in een lichaam na een botbreuk, of ingezakte wervel. *Grip op verandering*. Durf en vertrouwen weer opbouwen door spieren sterker te maken! Ook hij kwam uit bij **Bewegen, bewegen, bewegen** en wees op de vele Hoorn-in-beweging activiteiten die door gemeente opgezet zijn. Valpreventie raadde hij zeer aan. Zie: www.hoornbeweegt.nl of BewegenmetBart op YouTube. Bij het weggaan zeiden de meeste toehoorders: *“het was erg leerzaam en interessant!”* De meegenomen magazines, folders en flyers geven info om thuis na te lezen. Dank mevrouw Zaal en Ricco Poffijn voor deze interessante, informatieve en leerzame middag over onze botjes:
**We moeten er goed voor zorgen!**
Karin Lansdaal

## Verslag Themamiddag 21 januari:
## Lezing over Amsterdam door Jan Boven



De lezing gaat specifiek over Amsterdam in vroeger tijden. De stad bestaat 750 jaar. Jan heeft reeds twee gedeeltes behandeld. Jan is politieagent geweest in Amsterdam. Hij geeft ook echte rondleidingen door deze prachtige stad. Virtueel komt hij dat doen voor de KBO Hoorn.

Amsterdam herbergt zoveel pareltjes in zich … normaal gesproken zouden we die gewoon voorbij lopen.

We zijn zo blij om deze 'rondleiding' te krijgen van een echte kenner. Hij vertelt prachtig. We hangen aan zijn lippen.
Tijdens de eerste lezing is Jan begonnen bij het Centraal Station. Nu gaan we verder, de derde lezing inmiddels, bij de gevangenis in de binnenstad, het Rasphuis. Hier ondergingen de criminelen een heropvoeding.



Zeer boeiend is ook het verhaal over de vele schuilkerken.
Na de Alteratie in 1578 (de Calvinisten grepen toen de macht) werd in Amsterdam het katholicisme verboden en moesten katholieken hun geloof belijden in schuilkerken. Deze kerkjes waren verborgen in woonhuizen, pakhuizen of op zolders, zoals het bekende

museum: Ons' lieve Heer op Solder aan de Oudezijds Voorburgwal en De Papegaai in de Kalverstraat.

Het verhaal van de hostie in de Kalverstraat, zo vertelt Jan, bekend als het Mirakel van Amsterdam, vond plaats op 15 maart 1345 en veranderde de stad in een belangrijk middeleeuws bedevaartsoord.

Het Wonder (1345)
Een stervende man in de Kalverstraat ontving de laatste sacramenten (de Heilige Communie). Omdat hij de hostie niet kon doorslikken, braakte hij deze uit. Volgens de gebruiken werd het braaksel in het vuur van de haard gegooid.
De volgende ochtend bleek echter dat de hostie ongeschonden boven het vuur zweefde, onaangetast door de vlammen.
De vrouw van de man pakte de hostie uit het vuur en bewaarde deze in een kistje, waarna ze een priester haalde om de hostie naar de Sint-Nicolaaskerk (de huidige Oude Kerk) te brengen.
Wonderbaarlijk genoeg keerde de hostie de volgende nacht terug in het huis in de Kalverstraat. Dit gebeurde tot twee keer toe, wat voor de kerk en de stadsregering het onomstotelijke bewijs was van een wonder: Het Mirakel van Amsterdam.

We hebben het ook over De Stille Omgang gehad.
Dit is een jaarlijkse katholieke bidtocht, die rond de datum van het Mirakel 's nachts in de binnenstad van Amsterdam gelopen wordt. Duizenden deelnemers herdenken hierbij in stilte het Mirakel van Amsterdam in 1345.

Het was een zeer boeiende middag en ... we gaan nog door. Waarschijnlijk in een volgend seizoen. De vermelding hiervan komt u ongetwijfeld tegen in ons KBO-blad.

Af en toe heb ik het internet geraadpleegd om mijn informatie aan vullen waar nodig.

Ik hoop u geënthousiasmeerd te hebben voor een volgende lezing over Amsterdam.

Hartelijke groeten,
Marlie Staekenborg

## We hebben de jeugd voor u uitgenodigd!

Op zondagmiddag 23 februari jl. was de **Dank-Jullie-Wel!-middag** voor al onze vrijwilligers die het afgelopen kalenderjaar weer hard hebben gewerkt voor KBO Hoorn. De een wat meer, de ander wat minder, maar één ding staat als een paal boven water**: zonder onze vrijwilligers kunnen we niet bestaan.** Alle reden om Dank je wel te zeggen. Bezorgers, belastinginvullers, boekje-makers, bezoeksters van jarigen, bingomensen, dagreisjes-bedenksters, cultuurreis-bedenker, leesclub- en bridgeclub-aanstuurders, websitebeheerder; het zijn er heel wat. Zo'n veertig personen, inclusief bestuur - tenslotte ook vrijwilligers - kwamen Chez Dick aan de Ramen binnen.

Vòòr in de zaal stonden een drumstel en twee gitaren. We hadden de Schoolband van het Werenfridus uitgenodigd: The Shapes.



Drie mannen, 15, 17, 18 jaar. Jurgen (gitarist) van het Werenfridus, Eden (drummer) van het Oscar Romero en Rubin (gitarist) van het OSG. JEUGD dus! Muzikale jeugd. Ze speelden rustige instrumentale muziek, maar herkenbaar. Akoestisch. Het was zo mooi. Ze speelden zo vrij! Iedereen heeft genoten.

"*Jullie hoeven niet muisstil te zijn",* zeiden ze, "*want dan horen jullie misschien onze fouten!"*



Er werd geluisterd maar ook gezellig bijgepraat. Er hing een gezellige, ontspannen sfeer. Er kon zelfs gedanst worden!

We zaten bepaald niet op een droogje: de koffie, thee, gebak, drankjes, snacks en prachtige hapjes kwamen uit de handen van Karel Koppers en zijn assistente Danielle van Chez Dick.

Alle vrijwilligers die er niet bij konden zijn: ook u zeggen wij van harte **DANK U WEL.**



Misschien bent u er volgend jaar wel bij!

Bestuur KBO Hoorn

## Wat wàs het gezellig, 11 maart 2026!



**Spelletjesmiddag.** In het *Spelletjesbuffet* lagen allerlei spelen voor het grijpen. Voor half twee (aanvang 14.00 uur), waren er al twee enthousiaste dames die op een goede plaats wilden zitten en een goed spelletje wilden uitzoeken. Dat lukte! Loes van Gasteren kwam erbij en samen met Jan Broersen speelden zij gevieren Triominos. Mevrouw Tap als ervaren Triominosspeelster, legde geduldig het spel uit. En zo ging men, strijdend voor de juiste aanlegcijfers, van start. Lekker kletsend over die en die en dit en dat speelden zij het spel gezellig uit.
De sjoelbak werd fanatiek geteisterd door Els, Marlie en Karin.

**Die** deelnemers waren enthousiast. Maar wat ons betreft had er best meer belangstelling mogen zijn dan drie! We hadden het, spelenderwijs, best gezellig met elkaar! Er hing een leuke sfeer.



*"Wat zonde dat er zo weinig mensen zijn, dit is toch zo leuk!"* hoorden we.
Eén belangstellende vroeg zich af of zo'n spelletjesmiddag in een groepje kan bij mensen thuis? Of is zoiets al ergens in Hoorn? Zij zou dat graag met haar man doen. Mocht u het antwoord op deze serieuze vraag weten: karin.lansdaal@gmail.com, of 0229-504592.

Karin Lansdaal


Elmer van Veen Tuinen
ONTWERPBURO & HOVENIERSBEDRIJF
Telefoon 0229 - 756 761
Website www.elmervanveentuinen.nl

## Cultuurreisje 22 april naar Museum Singer Laren

Woensdag 22 april gaan we weer op reis, dit keer naar het Singermuseum in Laren.
Er wordt een prachtige tentoonstelling van de schilder Jan Toorop getoond die absoluut de moeite waard is om te bezichtigen.
Er is weer een gids die alles over de schilderijen en de schilder gaat vertellen. We gaan met openbaar vervoer.
De gids kost 8,50 euro en dat kunt u overmaken op bankrekening nummer NL75TRIO 0198329253 t.n.v. M.J. Rappange o.v.v. reisje Singermuseum. De overige kosten zijn allemaal voor eigen rekening, zoals de reis en de consumpties.
Deelname aan alle reisjes zijn voor eigen risico.

## Cultuurreisje 20 mei naar de botanische tuinen in Utrecht

Op woensdag 20 mei gaan we naar de botanische tuinen in Utrecht. Dat zijn werkelijk prachtige tuinen om te bezoeken en helemaal als een gids ons bevlogen vertelt welke planten we zien!
U kunt zich opgeven bij Martina Rappange via email: martina@famsegers.nl of via telefoon 0229-264627.
De kosten voor de gids zijn 8.50 euro. Dit kunt u overmaken op bankrekening nummer NL 75 TRIO 0198329253 t.n.v. M. J. Rappange o.v.v. reisje Botanische tuinen. Alle overige kosten zijn voor eigen rekening, zoals het vervoer, de entree en de consumpties.
We gaan zoals altijd met openbaar vervoer.
Deelname aan alle reisjes zijn voor eigen risico.

Ik hoop u allen weer te zien op 22 april en 20 mei!

Martina Rappange

## Voorjaarsreis 2026 donderdag 7 mei
## Industrieel Smalspoor Museum in Drenthe

Wij gaan op avontuur met de smalspoortrein door een gebied wat onderdeel is van Geopark de Hondsrug.

Vanaf vertrekplaats Hoorn rijden wij via een mooie route naar Tollebeek, alwaar de koffie met gebak (1x) voor ons klaarstaat.
Daarna vervolgen wij onze reis naar het Industrieel Smalspoormuseum in Erica.
Hier kunnen wij genieten van een heerlijk lunchbuffet met soep en een gehaktbal.
Dan is het tijd voor de treinreis!
Een tocht door een prachtig gebied, welke vroeger gebruikt werd voor turftransport.
Er wordt regelmatig gestopt voor uitleg over het smalspoor en het voormalig hoogveengebied.
Er komen hier meer dan 70 soorten vogels voor.
Het treintje heeft een geringe snelheid, waardoor u optimaal van de omgeving kunt genieten.
Tijdens de rit kunt u een bezoek brengen aan de enige in originele staat behouden turfstrooiselfabriek. Het gebouw is een rijksmonument.
Ter afsluiting is er nog tijd voor koffie/thee met koek (1x).

Om 15.45u. vertrekken wij weer huiswaarts.
**Geplande terugkomst is rond 18.30 uur.**

U kunt zich telefonisch aanmelden bij:
Els Broersen, tel.nr.: 0229-273279 / 06-48562749 of
Riet van Diepen, tel.nr.: 06-42833749.

**!!! Opgave nog mogelijk tot 6 april 2026 !!!**
**Introducées zijn ook welkom!**

Door wegwerkzaamheden aan de Joh. Poststraat is er slechts 1 opstapplaats!
*** 8.45u. Busstation NS stadszijde, ter hoogte v.d. fietsenstalling** waar we op tijd vertrekken.

Na telefonische aanmelding kunt u de reissom uitsluitend betalen per bank door overmaking van een bedrag van **€ 68,-- per persoon** op bankrekening **NL82RABO0329707787** van KBO Hoorn met vermelding van "voorjaarsreis".

**Let op: Deelname is voor eigen risico.**

Vriendelijke groet,
De reiscommissie:
Els Broersen en Riet van Diepen

## Woensdag 10 juni:
## Lezing Leven van de lucht door Gerard Plukkel

Bijna 40 jaar leefde ik van en in de lucht.
Daar ga ik iets over vertellen, maar vooral ook over het heden: Hoe veilig is vliegen? Houdt de geluidsoverlast een keer op? Hoe schadelijk is vliegen voor het milieu? Heeft de luchtvaart nog wel toekomst?

| | |
|---|---|
| Locatie: | Rode Kruisgebouw, Vredehofstraat 9C, Hoorn. |
| Tijd: | 14.00 - 16.00 uur, inloop vanaf 13.30 uur. |
| Kosten: | 5,00 euro p.p. |

## Wilt u een origineel cadeau geven?

Voor geboorte, huwelijk, verjaardag of iets anders borduurt Riet van Diepen met de hand prachtige handdoeken met een naam erop.
In overleg is er veel mogelijk.




Handdoek groot 60 x 110 kost € 14,00, een formaat kleiner 50 x 100 kost € 12,00. Riet is vrijwilligster bij Westerhaven. Een deel van het geld doneert zij aan Westerhaven voor bijdrage aan de activiteiten.
Voor meer info of een bestelling kunt u haar bellen op 0229-216503.

## BELASTINGAANGIFTE 2025

Binnenkort krijgt u, als u aangifte moet doen voor de belasting 2025, een brief van de belastingdienst om die aangifte te doen.
KBO Hoorn heeft enkele specialisten in huis om u daarbij te helpen.
Een telefoontje is al genoeg om u te kunnen helpen.
Wilt u hulp? Bel dan naar Jan Broersen, 0229-273279 of 06-39313838.
***Wij komen ook bij u thuis.***

Jan Broersen
Coördinator belastingen

Het frisse groen op jonge twijgen,
een tere tak met bloesemknop.
De natuur spreekt en zal niet zwijgen,
de lente volgt de winter op.

Pasen schenkt ons weer nieuw leven,
het oude is voorbij gegaan.
Een licht wordt ons gegeven,
om in het donker op te staan.

Pasen opent dichte deuren,
een voorportaal is ons bereid.
Een leven vol van lentekleuren,
een vleugje van de eeuwigheid.

# WONING VERKOPEN OF KOPEN?

## Ons team staat voor jou klaar!



KINGMA
MAKELAARS

kingmamakelaars.nl | telefoon 0229 27 96 97 | volg ons ook op

## *Puzzeltijd: Paspuzzel*

**3**
EAN
EGO
HEE
HEN
ICE
IVO
RAP
YUP

**4**
EELT
JUNI
KADE
OGEN
REUS
SEXY
TOGA

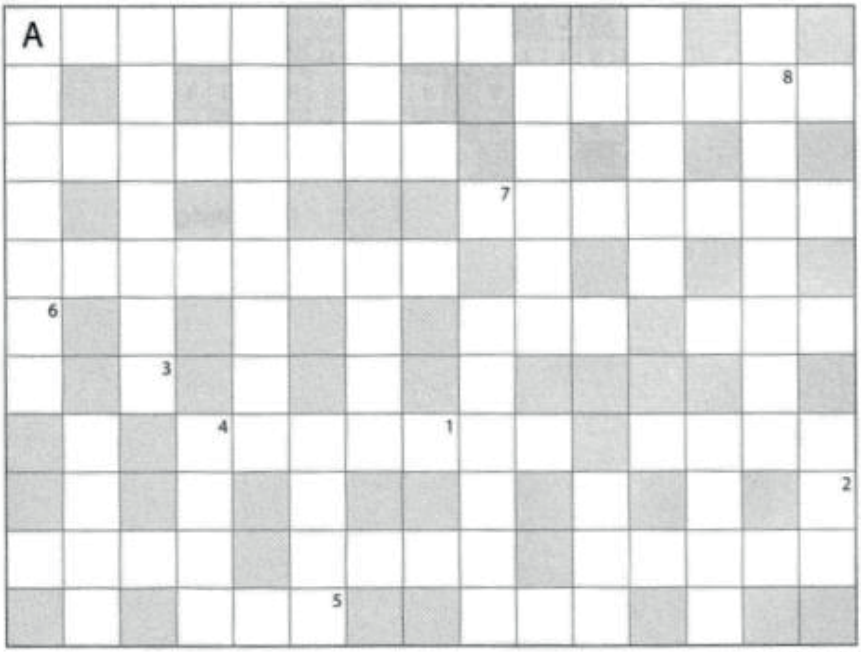
WARE

**5**
AREND
MEDIO
PAPPA
VOLOP

**6**
EVERSE
PEEBOS

**7**
AARDVLO
EVIDENT
JUWELEN
OPEINDE

**8**
BORDEAUX
DAIHATSU
REINIGER
VEEMARKT




1164 2200 0103

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | |

*Wegens overlijden hebben we in de afgelopen periode afscheid moeten nemen van:*

Mevrouw M. Bouwman-Berkhout
De heer M.A. Ursem
Mevrouw H. Walstijn-Makkink

*Wij wensen iedereen die iemand heeft verloren veel kracht en sterkte toe*


RITA FELD *Persoonlijke uitvaartzorg*




Voor een passende, unieke uitvaart, waarbij uw wensen voorop staan

www.ritafeld.nl


Het volgende nummer verschijnt vanaf 4 mei a.s.
Kopij inleveren voor 16 april a.s.
E-mail: redactiekbohoorn@outlook.com
Vorige edities van het KBO-mededelingenblad vindt u terug op de website van KBO Hoorn.

## KBO HOORN

**OPGERICHT IN 1954**

| | | |
|---|---|---|
| **Bestuur** | | |
| Voorzitter | Karin Lansdaal | 0229-504592 |
| e-mail | karin.lansdaal@gmail.com | |
| Secretaris | Marjan van der Vegte | 06-15610452 |
| Penningmeester | Jan Broersen | 0229-273279 |
| e-mail | janbroersen@ziggo.nl | |
| Bestuurslid/ouderenadviseur | Henk Beukema | 0229-235489 |
| Bestuurslid | Marlie Staekenborg-Coonen | 0229-213969 |
| e-mail bestuur | bestuur.kbohoorn@gmail.com | |
| **Cultuurcommissie** | | |
| Martina Rappange | martina@famsegers.nl | 0229-624627 |
| **Reiscommissie** | | |
| Els Broersen | | 0229-273279 |
| Riet van Diepen | | 06-42833749 |
| **Ledenzaken: opgeven nieuwe leden, wijzigingen, verhuizing of overlijden** | | |
| Lida Tuijp | kbohoornleden@gmail.com | 06-10727254 |
| **Ledenbezoek verjaardagen** | | |
| 85-jarigen | Marlie Staekenborg-Coonen | 0229-213969 |
| 90-, 95-, 100-jarigen en ouder | Els Broersen | 0229-273279 |
| **Redactie KBO Mededelingen** | | |
| Margreet Broeke | redactiekbohoorn@outlook.com | |
| Helma Lieshout | | |
| **Bezorging KBO Mededelingen** | | |
| Reinhard Höhne Sparborth | | 0229-216006 |
| **Website KBO Hoorn** | hoorn.kbonoordholland.nl | |
| Piet van Vuure | pietvanvuure@outlook.com | 06-51371645 |
| **Belastingservice KBO Hoorn** | | |
| Info bij Jan Broersen | janbroersen@ziggo.nl | 0229-273279 |

**Contributie 2026**

€ 27,50 per persoon, € 50,00 per echtpaar

**Bankrekening KBO Hoorn** NL82 RABO 0329 7077 87 **KvK nummer** 73254738

sense KEUKENS

*...prikkelt uw zintuigen!*







*Blijf geïnspireerd en volg onze social media.*

Facebook

Instagram

Pinterest

**Sense keukens**
Hof van Hoorn
Dr. C.J.K. Van Aalsweg 16 Hoorn
T: 0229 - 74 50 00
info@sensekeukens.nl
www.sensekeukens.nl