

Januari 2026 – Jaargang 3, nummer 1

Wij Zêêuwen

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



P.6
Verjaardagen zijn
gezond; hoe meer je
er hebt, hoe langer
je leeft.



P.9
Vroeger, zei dôve
Frans, kraaiden
d'aenen, mè noe gaepe
ze alleêne nog.

P.15
Ik raak nooit uitgekeken op
het landschap. Het is telkens
weer anders, elke dag, elk
uur en elke minuut.

P.21
De Louwmaand valt in
januari. In deze maand
werden vroeger alle huiden
die in de 'slachtmaand'
verkregen werden, gelooïd.

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 ter verantwoording van
desbetreffende afdeling.

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,

Een steekproef rond het novembernummer laat zien dat sommige lezers wel 95% van de inhoud lezen. Anderen beginnen diagonaal en staan dan langer stil bij een rubriek of afdelingsverslag. De redactie wil dit jaar weer een breed lezersonderzoek uitzetten vergelijkbaar met dat van april 2025.

De presentatie van het januarinummer betekent ook de afsluiting van alweer een tweede jaar vol artikelen, columns en verslagen die op een of andere manier de leden van Senioren Regio Zeeland weten te raken.

Eigenaardig woord eigenlijk. Afsluiten. Terwijl je terugblijkt op wat je afsluit, sta je al met één been in het nieuwe moment. Afsluiten is kennelijk ook vooruitkijken.

U heeft als lezer uit pagina 1 al proberen op te maken wat u deze maand, de louwmaand, kunt verwachten.

Meest in het oog springend: een nieuwe rubriek genaamd ‘Natuurwandelingen’. De redactie stelt u Peter Boelee voor als opvolger van Chiel Jacobusse. Peter doet ons iedere maand verslag van een van zijn wandeltochten in de Zeeuwse natuur.

Naast alle afdelingsverslagen en regelmatig terugkerende rubrieken heeft de redactie opnieuw geprobeerd een thema te verkenen en belichten.

Het thema is geïnspireerd op wat wij elkaar in het nieuwe jaar toewensen: 'Op uw gezondheid!'

Veel leesplezier.

Inhoud



5



11



21



26



33

- 2 Info
- Voorwoord
- 3 Inhoud
- Algemeen**
- 4 Op uw gezondheid! *Santé. Salute. Zum Wohl. Cheers. Proost.*
- 5 Nieuw Jaars Zegen-Wensch
- Citaten**
- 6 Op uw gezondheid!
- Activiteit afdeling**
- 7 Workshop Kerststukjes maken
- Zeispreuken**
- 8 Kwa, zei de bure
- Activiteit afdelingen**
- 10 Kerstbrunch in Vogelwaard
- 11 Het Kerstdiner
- Kerstuitvoering Intermezzo
- 12 Kerstmiddag 2025 in Goes
- Kerstdiner in Philippine
- Rubriek 'Kunst in Zeeland'**
- 14 Ik raak nooit uitgekeken op het landschap, het is telkens weer anders
- Column Rob Rijkschroeff**
- 17 Samen gezond ...
- Activiteit afdelingen**
- 18 Kerstviering in Hulst
- 19 Kerstviering Senioren 's-Heerenhoek
- Natuurwandelingen**
- 20 Louwmaand op het Veerse Meer
- Activiteit afdelingen**
- 23 Geslaagde Kerstmiddag
- Kerstviering in Den Wijngaard
- 24 Ons Ovezande zingend naar Kerstmis
- 25 Jaarafsluiting bij Seniorenkontakt
- Vlissingen e.o.
- Algemeen**
- 26 Een scheppingsverhaal van de Maya's
- 28 Verschijningsdata ONS en Wij Zêeuwen
- 29 Hoeveel AOW krijgt u vanaf 1 januari 2026?
- Hersenspinsels**
- 30 Op uw gezondheid
- Senioren Regio Zeeland**
- 31 Oproep voor HUBA
- 32 Nieuwjaarswens
- 33 Senioren Eropuit

Januari 2026



Op uw gezondheid!

Santé. Salute. Zum Wohl. Cheers. Proost.

Allemaal woorden gebruikt bij een toast.

We wensen elkaar -zeker met oud en nieuw- een goede gezondheid toe.

Eigenlijk wensen we die ander voor het nieuwe jaar vooral welzijn, heil, veiligheid, welvaart. In de Romeinse traditie zijn deze waarden vertegenwoordigd in de godin Salus, die op den duur ook gezien werd als een beschermer van de persoonlijke gezondheid. Salus wordt staand afgebeeld terwijl ze haar slang voedt. Ze staat rechtop en houdt de kronkelende slang stevig onder haar arm vast, terwijl ze hem naar het eten leidt dat ze in haar andere hand op een schaal voorhoudt.



In onze tijd dringt steeds dieper het besef tot ons door dat we al ruim tachtig jaar leven in een deel van de wereld waar geen oorlog heerst. Govert Jan Bach verwoordde dat onlangs heel indringend in *De Verwondering*. Een prachtig programma van KRO/NCRV.

Geïnspireerd door zijn grote heldin Simone Weil besloot Govert Jan om zijn leven te wijden aan het helpen van de ‘gebeukten en gebukten’. Dat deed hij in zijn werkzame leven door geestelijke hulp te bieden aan gevangenen en psychiatrisch patiënten. De term ‘gebeukten en gebukten’ roept ook associaties op met de werkomstandigheden uit vroegere eeuwen.

Wie van u zegt het woord looien nog iets? Leerlooierij. Januari: louwmaand of looimaand. Peter Boelee vraagt er in zijn rubriek vanuit de natuur aandacht voor. In deze maand werd vroeger leer gelooid. Het werk dat ons uiteindelijk het leer oplevert voor schoeisel, kledingstukken, koffers enz. zal niet echt gezond geweest zijn. Gelukkig wordt in de hedendaagse leerindustrie bewust gewerkt aan verduurzaming; op zoek naar welzijn en gezondheid.

Wij Z  uwen lijkt in blakende gezondheid te verkeren. Weet u trouwens wat zeispreuken zijn? U leest op pagina 9 een drietal zeispreuken over gezondheid. In het februarinummer vertellen we u meer over de bijdragen die Jan en Jopie Minnaard aan Wij Z  uwen zullen gaan leveren.

In het maartnummer aandacht voor de jaarlijkse kloosterreis van de commissie Mens en Religie in april. We bezoeken op woensdag 22 april twee kloosters in Brugge.

U heeft het vijftiende nummer voor u. We gaan dit vieren door het februarinummer in gedrukte vorm bij u te bezorgen. Dat vraagt veel coördinatie van bestuurders en extra inspanningen van de mensen die de nieuwsbladen van Senioren Zeeland maandelijks bij u in de brievenbus stoppen. Waarvan akte en waarvoor heel veel dank.

Op uw gezondheid!

Tekst: RR. Foto: Wikipedia.

Nieuwe Jaars Zegen-Wensch



Een feest met een lange geschiedenis vol aanpassingen is de viering van het nieuwe jaar. De Romeinen kenden Janus, een tijd-god met twee gezichten: met het ene keek Janus naar het voorbije jaar en het andere gezicht keek vooruit, naar het komende jaar, naar de toekomst.

Naarmate het christendom in West-Europa steviger voet aan de grond kreeg, schoof het officiële begin van het nieuwe jaar steeds verder op. In de middeleeuwen begon het christelijk jaar op steeds wisselende data, ergens tussen 1 maart en 25 maart.

Pas met de invoering van de Gregoriaanse kalender, in 1582, werd aan de verwarring een einde gemaakt. Vanaf dat jaar geldt in de christelijke wereld 1 januari als het begin van het nieuwe jaar.

Het is een bijna universele gewoonte om het begin van het nieuwe jaar met veel lawaai in te zetten. Enkele eeuwen geleden beierden de klokken op volle sterkte en werd er met geweren en kanonnen geschoten. Later, toen er volop melkbussen voorhanden waren, werd er met carbid geschoten. Met het toenemen van de staatsmacht werd het voor boeren, burgers en buitenlui verboden om in de openbare ruimte vuurwapens af te schieten. Tal van gemeenten legden ook beperkingen op aan het gebruik van carbidbussen. Maar het gebruik bleef, zij het in andere vorm.

Een ander gebruik dat op een lange traditie kan bogen, is het overbrengen van de beste wensen. Al in de 18^e eeuw probeerden familieleden elkaar op nieuwjaarsdag te bezoeken.

De welgestelden gaven elkaar bij die gelegenheid een Nieuwjaarspenning en er werden geschreven nieuwjaarswensen uitgewisseld. Het gebruik om met de feestdagen kaarten met de beste wensen te sturen, is niet verdwenen, maar heeft wel steeds meer plaatsgemaakt voor berichten via de app of sociale media.

Op 1 januari zijn er ook nieuwe tradities bij gekomen. Een bekend voorbeeld daarvan is sinds 1965 de Nieuwjaarsduik in Scheveningen. Een paar studenten namen voor de grap op nieuwjaarsdag een duik in de ijskoude Noordzee. Langzaam maar zeker nam dit aantal toe.

In 2025 werden er verspreid over heel Nederland 178 Nieuwjaarsduiken aangekondigd. Een deel ging niet door vanwege de harde wind. In Senioren Eropuit aandacht voor de Nieuwjaarsduiken op 1 januari 2026 op verschillende plaatsen in Zeeland.

Tekst naar: B. Lauvrijs, een jaar vol feesten, in: Typisch Nederland, tradities en trends in Nederland

Afbeelding: Zeeuws Archief.

Citaten

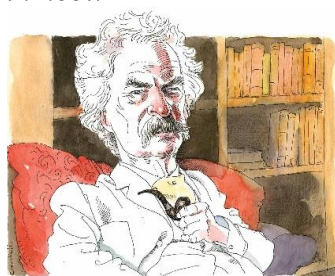
Op uw gezondheid!

'De geneeskunde heeft zo'n enorme ontwikkeling doorgemaakt dat er nagenoeg geen gezond mens meer is.'



[Aldous Huxley](#)
Engels schrijver
(1894 - 1963)

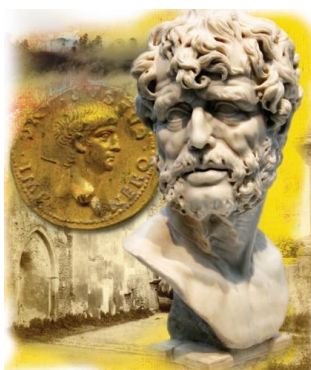
'De enige methode om gezond te blijven is te eten wat je niet wilt, te drinken wat je niet lekker vindt en te doen waar je geen zin in hebt.'



[Mark Twain](#)
Amerikaans schrijver (ps. van Samuel Langhorne Clemens) (1835 - 1910)



'Wanneer men wil genezen, is men reeds half gezond.'



[Seneca](#)
Romeins filosoof, staatsman en toneelschrijver (5 v. Chr. - 65)

'Literatuur wordt door zieken gemaakt. Wie gezond is, schrijft geen boeken.'



[Hugo Claus](#)
Vlaams schrijver en schilder (1929 - 2008)



'Het verschil tussen een land dat politiek gezond en één dat ongezond heet, is het verschil tussen een beerput met een behoorlijk deksel erop en een open beerput waarin geroerd wordt.'



[E. du Perron](#)
Nederlands dichter, criticus en prozaschrijver (1899 - 1940)



'De mensen die gezond zijn, begrijpen niet dat je ook ziek kunt zijn.'



[Charles Dollfus](#)
Frans filosoof en schrijver (1827 - 1913)

'Lachen is per definitie gezond.'



[Doris Lessing](#)
Brits schrijfster en Nobelprijswinnaar literatuur (2007) (1919 - 2013)

Bron: Citaten.net

Workshop Kerststukjes maken bij Senioren Vereniging Goes

Met elf deelnemers gingen we op 11 december aan de slag om een mooi kerststukje te maken op een boomschijf, wat georganiseerd werd door de dames Silvia en Samantha. Er kwam zelfs nog een jonge dame mee: Lisa, die ook wel van wanten wist.

De dames hadden heel veel meegebracht, van kerstgroen tot versiering van rood, goud en zelfgebakken lekkernijen, zoals appeltaart en kaneelkoeken. Ze smaakten heerlijk.



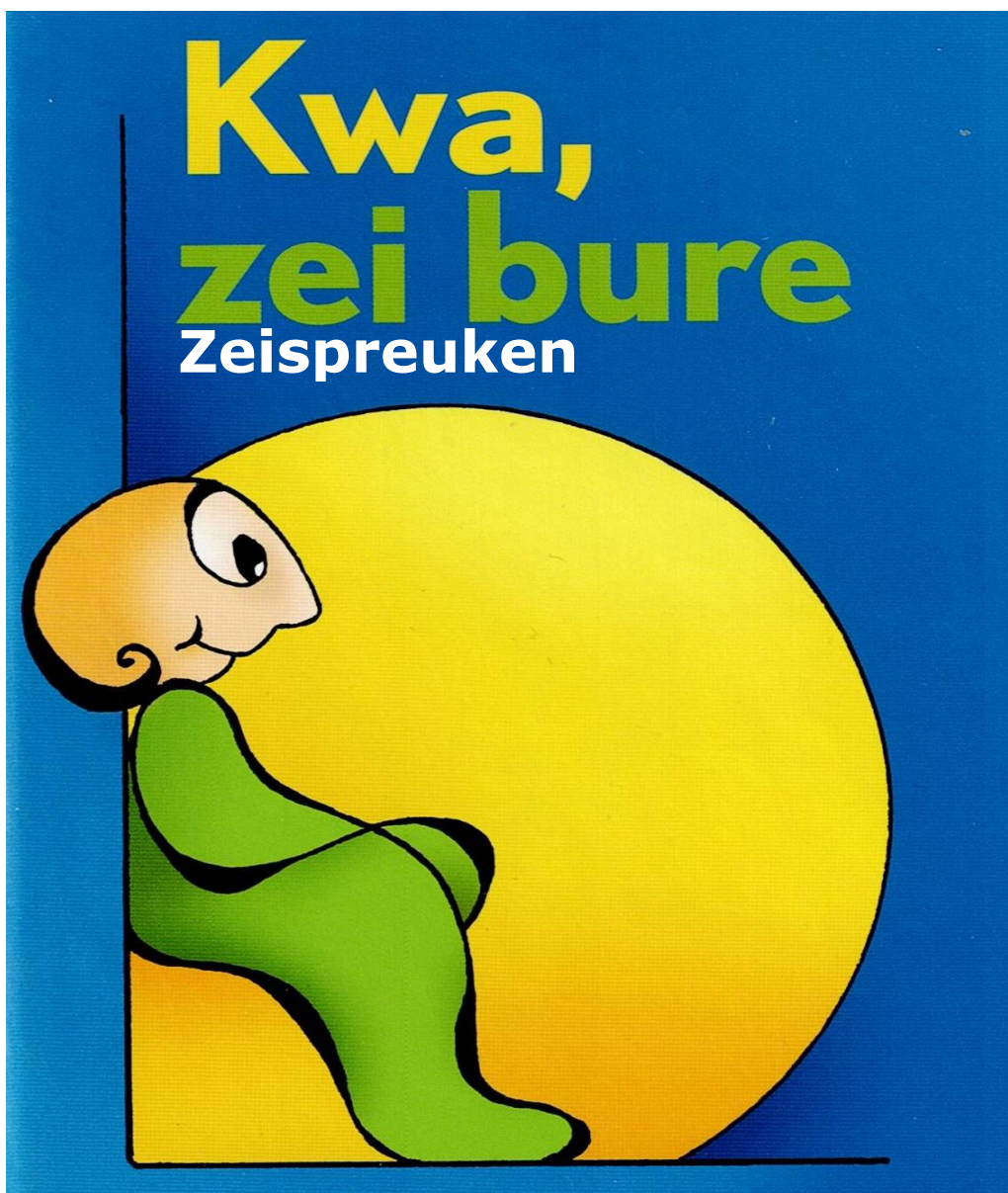
De opmaak ging als volgt: een kale boomschijf met een aantal spijkers erop, met daaromheen ijzerdraad gespannen. Daar paste de mos goed tussen, en toen kon de aankleding met takjes en versieringen beginnen.

Terwijl de dames met de groene vingers aan het brainstormen waren hoe ze het eens zouden gaan doen, speelde Loes wat bekende kerstliederen op de piano.

Het zijn prachtige kerststukjes geworden, het was wel even een bende in de Magdalenazaal, maar dat hadden we snel opgeruimd. Alle dames gingen tevreden naar huis om na te genieten van hun zelfgemaakte kerststukje! Bedankt, Silvia, Samantha en Lisa!

Verslag en foto's: Loes de Visser





Wat is een zeispreuk?

Een zeispreuk wordt ook wel apologisch spreekwoord genoemd. Dikwijls wordt een zeispreuk gebruikt om dwaasheden van een ander aan de kaak te stellen.

Het is een levenswijsheid die vaak spottend of relaterend wordt gebruikt.

Bewering, personage, beschrijving

Elke zeispreuk bestaat uit drie delen. Eerst wordt er iets beweerd (*Ieder z'n eigen kruus*) dan wordt de persoon genoemd die de bewering doet (*zei de sjouwer*) en daarna een beschrijving van de situatie waar de bewering op slaat (*en ie droeg z'n vrouwe op z'n rik*).

Jan en Jopie Minnaard verzamelden jarenlang Zeeuwse zeispreuken. Zij stellen elk kwartaal voor Wij Zêêuwen drie zeispreuken uit die verzameling beschikbaar. De spreuken zijn in het dialect van Zuid-Beveland gesteld.

Bij elke spreuk heeft Jopie een illustratie gemaakt.

De zeispreuken van deze maand sluiten aan bij het thema Gezondheid (onder senioren).

In het aprilnummer zal in de rubriek Wat verhalen vertellen nader ingegaan worden op de zeispreuk en het apologisch spreekwoord.

Da's de jeugd,
zei grottevaoder
en ie sprong
over 'n stroatje.



8

Ei je ver'ôgieng,
zei de zuster
tegen 't mannetje
mie een bulte.



12

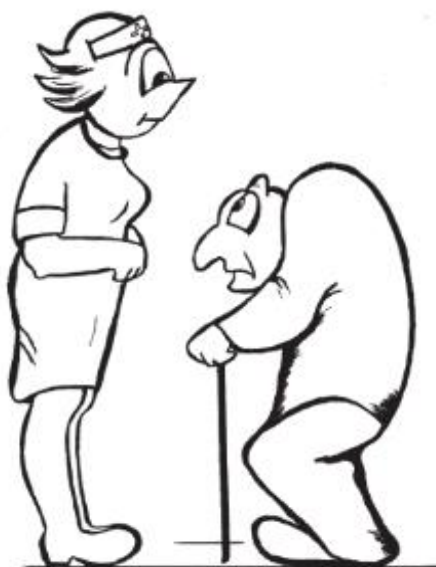
Vroeger,
zei dôve Frans
kraaiden d' aenen,
mè noe gaepe ze alleêne nog.



14



U herinnert zich vast en zeker vergelijkbare situaties, al dan niet in het bijzijn van uw (klein)kinderen voorgevallen. Bij een wat minder goede afloop brengt humor vaak redding.



Dubbelzinnige opmerkingen kunnen op verschillende manieren geïnterpreteerd worden. De zender bedoelt het vaak als plagerijtje. De ontvanger kan er zo het zijne van denken.



Je kunt het blijven ontkennen of er omheen blijven draaien, maar op een gegeven moment valt er niet aan te ontkomen en moet je toegeven dat ook jij een gehoorapparaat nodig hebt.

Jopie Minnaard-Verheijke is werkzaam als beeldend kunstenaar.

Daarnaast schrijft zij al vele jaren verhalen in het dialect van Zuid-Beveland.

Jopie en haar man Jan treden vaak op voor allerlei verenigingen en bijeenkomsten.

Een aantal verhalen is in boekvorm verschenen.

Bij de verhalen staan illustraties die door Jopie zijn gemaakt.

In de komende tijd zullen verhalen en illustraties in het blad 'Wij Zêêuwen' worden opgenomen.

Regelmatig zal Jan ook een bijdrage leveren.

Kerstbrunch in Vogelwaarde

Dat zoveel leden naar de kerstbrunch kwamen werd door het bestuur gezien als blijk van waardering voor al het werk dat ze doen. Met 120 deelnemers, zijnde 60% van de leden, was het volle bak op vrijdag 19 december in het Dorpscentrum te Vogelwaarde.

Vanaf acht uur 's morgens was door bestuur en vrijwilligers de zaal weer schitterend aangekleed. Aan het eind van de middag werden de kerststukjes verloot onder de aanwezigen.



Met het voordragen van een kerstboodschap door Celine Lambert-Verrassel werd de brunch geopend: een kippenpasteitje, een broodje met harst en eentje met kaas en een flinke snee kerstbrood. Tot slot: een stuk ijstaart met slagroom.

Dit jaar vieren we Kerst met onze vereniging Senioren Vogelwaarde op een bijzondere manier. Waar we vroeger samenkwamen in de kerk, zijn nu de kerkdeuren gesloten. Maar Kerst laat zich niet tegenhouden door stenen en muren. En daarom zitten we vandaag hier om samen het licht van Kerst te vieren. Kerst gaat over hoop, verbondenheid en het gevoel dat we er voor elkaar zijn.

Het verhaal begint in een eenvoudige stal in Bethlehem. Geen rijkdom, geen pracht en praal - gewoon een plek waar je het niet zou verwachten. Maria en Jozef, moe van de lange reis, vinden er onderdak. En daar, in de stilte van de nacht, wordt Jezus geboren. Een kind dat symbool staat voor vrede en nieuw begin.

De herders, eenvoudige mensen die op de velden waken, horen als eersten het goede nieuws. Een engel vertelt hen dat er een kind is geboren dat licht brengt voor de hele wereld. Ze gaan meteen op weg en vinden het kind in de kribbe, precies zoals ze hadden gehoord. Hun verwondering en blijdschap verspreiden zich als een warm vuur. En zo groeit het verhaal verder door de eeuwen heen.

Ook vandaag brengen we dat licht een beetje verder. Niet door engelen of grote wonderen, maar eenvoudigweg door samen zijn. Een vriendelijke glimlach, een warm woord, een helpende hand, dat is het echte kerstgevoel.



Heerlijk eten, gezelligheid, lachen en praten: kleine dingen die samen een groot verschil maken. Dat kan alleen dankzij de vrijwilligers, die met tijd, energie en goede bedoelingen warmte brengen. Hun inzet is het kloppend hart achter deze dag, zeggen we dankbaar. En dan staan er vandaag ook nog de prachtige kerststukjes van Rosa, Cecile, Griet en Gusta die hier op tafel het kerstgevoel tot leven brengen.

Zo vieren we Kerst dit jaar misschien anders, maar zeker niet minder mooi. De plaats is veranderd, maar de betekenis blijft hetzelfde. Kerst is niet afhankelijk van een kerkgebouw. Het leeft hier, in deze zaal, in ons samenzijn. In het omzien naar elkaar. In het licht dat we met elkaar delen, juist in de donkere dagen van het jaar.

Laten we vandaag genieten van de gezelligheid, van het eten, van de mensen om ons heen—en van het besef dat we samen een hechte gemeenschap vormen. Want dát is de kerstboodschap: dat niemand er alleen voor staat, en dat er altijd licht te vinden is, als we het maar met elkaar blijven delen.

Ik wens u allemaal, ook namens ons bestuur, een warme, liefdevolle en gezegende Kerst.

Tekst en foto's: Ron de Kort.



Het Kerstdiner

van Seniorencontact Middelburg-Veere

Het restaurant van Scaldes is op 10 december prachtig versierd. De tafels zijn mooi gedekt en de studenten staan klaar om zevenendertig leden van het Senioren-contact te ontvangen. De jassen worden aangenomen en opgehangen. Mensen zoeken een plaats aan een van de drie tafels. De gesprekken starten op. Er wordt gesproken over kerstviering, vakantieplannen, muziek, bridgen, activiteiten van het seniorencontact en vele andere zaken.

De amuse bestaat uit bakjes met bladgroente en een saus waar we gezamenlijk van eten. Drinkjes worden besteld en glazen gevuld. Voorgerechten van eendenborst en tonijn worden uitgeserveerd. De smaak wordt gewaardeerd. Het hoofdgerecht is hertenbiefstuk of grietfilet. En dan nog een heerlijk nagerecht.

Scaldes heeft haar beste beentje voorgezet. Het bedienend personeel is vrolijk en goed als team. En in al die overvloed van goed eten en vriendschap tekent het leven zich af in al haar facetten.

Ans Elich viert op deze dag haar 90e verjaardag en kort na afloop heeft Ger van Waegeningh haar afscheid van dit leven. Met een lach en een traan kunnen we 2026 binnengaan. Laten we er iets moois van maken.

Tekst en foto: Ko Pluijmers.



Kerstuitvoering Intermezzo

Precies een week voor Kerstmis organiseerde het koor Intermezzo van het seniorencontact Middelburg-Veere samen met Käthe Postema in het atrium van Hof ter Veste in Middelburg, een woonvoorziening voor ouderen, een Kersthappening. Na een welkomstwoord van onze voorzitter begonnen we met samenzang van kerstliederen. Daarna hebben we geluisterd naar een bijzonder verhaal van Käthe met als titel Kerstfeest in de zomer. Waarin het gaat om liefde, aandacht naar elkaar en leven in Vrede. Dit verhaal werd telkens onderbroken door een passend lied gezongen door het kerstkoor van de afdeling. Hierna was het pauze met koffie, thee en een kerstlekkernij.

Daarna een optreden van de zangeres Hanneke de Vroe samen met onze voorzitter onder begeleiding van Lenie Stockman op de piano. De zaal heeft genoten van dit optreden.

Na een gedicht van Toke Thomas werd de middag besloten met het samen zingen van bekende kerstliederen.

Tekst: Ko Pluijmers. Foto's: Peter Berkvens.



Kerstmiddag 2025 in Goes

Op 18 december 2025 hebben we met 84 leden de kerstmiddag weer mogen beleven.

Bijna traditiegetrouw vond dat plaats in het Hendrikhuis te 's-Heer-Hendrikskinderen.

In een mooi aangeklede zaal stonden de tafels en stoelen klaar voor allereerst een kopje koffie of thee met daarbij een heerlijk stuk kerstkrans. Het programma begon met het welkomstwoord door de voorzitter waarna een samenzang met het BAVO-koor. Toepasselijk was het lied "Komt alle tezamen" een mooi begin van de kerstmiddag.

Na de samenzang heeft Nelleke Wissel vanuit eigen bundel een voordracht gehouden met als thema omkijken naar elkaar, vooroordelen niet de bovenhand laten voeren en belangrijk medemenselijkheid tonen aan die welke mogelijk anders zijn dan jezelf. In de kersttijd zeker extra aandacht voor hen die geen eigen huis of haard meer bezitten en moeten leven in armoede en dakloosheid. Een indrukwekkende voordracht waarbij je een speld in de zaal zou kunnen horen vallen.

Na de voordracht was er nog een samenzang met het BAVO-Koor met als afsluiting een kerstgedicht voorgedragen door Nelleke Wissel. Een gedicht met inhoud en zeker om over na te denken. In de pauze is er gecollecteerd voor het goede doel 2025.



Dit jaar was er gekozen voor De Zonnebloem afdeling Goes/Kapelle. Nog voor de pauze was er een optreden van het BAVO-koor o.l.v. Mariëtte van der Hart. Traditionele Engelse en Nederlandse kerstliederen werden gezongen. Een mooi sfeervol optreden helemaal toepasselijk op de kerstmiddag.

Na het optreden en de pauze werd van de heerlijke kerst-koffietafel genoten. Het menu bestond uit tomatensoep (geheim recept van de kok) broodje kroket, diverse soorten brood met verschillende soorten beleg en daarbij een stuk kerststol, alles aangevuld met koffie, thee of een drankje.

Als afsluiting een prima verse vruchtensalade. Kortom een kerst-koffietafel om van te smullen. Geheel verzorgd, met heel veel dank daarvoor, door de beheerster Brigit Nuytinck. Brigit hebben we speciaal nog bedankt omdat zij helaas als beheerster het Hendrik-huis gaat verlaten.

De voorzitter sloot de middag af met het uitreiken van een kerst-attentie en ons allemaal prettige kerstdagen en een gelukkig nieuwjaar te wensen.

Het was een hele mooie en gezellige kerstmiddag waar we weer met plezier op terug kunnen kijken.

Verslag en foto's: Wim Copper

Kerstdiner in Philippine



De leden van Senioren Philippine hebben hun jaarlijks kerstdiner gehouden op 12 december 2025 in restaurant In Den Vlaemschen Pot te Philippine.

De voorzitter, Oda Bosma, heette om 17.00 uur eenieder welkom en wenste de leden een smakelijk diner.

Tussen twee gangen bracht ze een eigen gedicht ten gehore. Na een voortreffelijk driegangen diner en nadat de voorzitter eenieder prettige kerstdagen en een gezond en voorspoedig 2026 had toegewenst ging eenieder voldaan naar huis. Dit kerstdiner is mede mogelijk gemaakt door het fonds RCOAK.

Tekst en foto's: Ben Vlegels



Kerst 2025

*Wij vinden het heel fijn
 Dat we hier weer allemaal samen zijn
 Want de kerst is weer in het land
 Dat schept toch weer een speciale band
 De dagen zijn weer donker en koud
 Waar niet iedereen van houdt
 De kerstversieringen worden weer gezet
 En overal lichtjes als je goed oplet
 Het is een mooie speciale sfeer
 Dat is het keer op keer
 In de wereld is er veel aan de hand
 Gelukkig wonen wij in een veilig land
 In de wereld is veel haat en nijd
 En in verschillende landen een grote strijd
 En wij willen al die mensen
 Heel veel sterkte wensen
 Even een klein gebaar
 Dat is helemaal niet raar
 Ik heb voor ieder mens
 Een hele grote wens
 Gezondheid en vrede op aarde
 En laat ieder mens in zijn waarde
 Laten wij gaan genieten
 Wat het leven heeft te bieden
 Wij wensen een mooie kerst voor iedereen
 Met alle dierbare mensen om jullie heen
 Wij zijn nu hier bij elkaar
 En wensen jullie een heel mooi jaar*

Oda Bosma

Ik raak nooit uitgekeken
op het landschap,
het is telkens weer anders



In de rubriek Uit de Kunst laten we kunstenaars aan het woord, die voor hun werk inspiratie ontleen aan het Zeeuwse landschap. In deze uitgave een interview met Lenny van Broekhoven, die op haar manier vormgeeft aan het Noordbevelandse landschap in de omgeving van Kats.

“Ik ben al begonnen met tekenen toen ik 3 jaar was. Mijn vader, die van origine letterzetter was en later directeur werd van de Grafische school in Eindhoven, tekende graag. Met open mond zat ik naast hem aan tafel en maakte ik heel minuscuul zinnige kriebels. Het tekenen is mij dus met de paplepel ingegoten.

Mijn ouders vonden het fantastisch dat ik naar de Kunstacademie wilde, maar ik moest daar dan wel een “zinnige” opleiding volgen. Dat werd dus de Grafische Afdeling en geen Vrije Kunst. Nadat ik mijn man heb leren kennen, ben ik met hem naar Zeeland verhuisd. In Kats vonden we een uitstekende plek om te wonen en voor mij de plaats om te tekenen en te schilderen.



Ik ben een buitenmens. Met mijn hond struin ik elke dag diverse keren door de polders en langs de dijken rondom Kats. Ik heb de Oud-Noord-Beveland polder en de Leendert Abrahampolder al honderden keren doorkruist. Het Kreekpad kan ik bijna zonder te kijken uittekenen. De dijken rond de Oosterschelde en de slikken en schorren zijn mijn dagelijkse blik op de wereld.

Ik heb mijn camera altijd bij me. Ik raak nooit uitgekeken op het landschap. Het is telkens weer anders, elke dag, elk uur en elke minuut. Fantastisch. Als ik onderweg iets tegenkom wat mij op dat

moment boeit, dan leg ik dat beeld gelijk vast. Ik zoek het beeld niet bewust op, het overvalt me gewoon. Ik raak nooit uitgekeken op het typische Noordbevelandse landschap. Het speciale licht, de ruimte, de wolken, de dijken en de verre horizons. Het overweldigt me. Het is voor mij een genot om deze weidsheid te ervaren.

De foto's die ik maak, zijn, naast de beelden in mijn hoofd, de basis voor mijn schilderijen. De polders, zoals bijvoorbeeld de Leendert Abrahampolder, zijn in eerste instantie betrekkelijk eenvoudig in perspectief en lijnen op het doek vastgelegd. Doordat het beeld in werkelijkheid zo vlug wisselt, is de verdere invulling en detaillering daarna niet meer zo eenvoudig weer te geven. Tenminste in vergelijking met het landschap zoals ik dat in m'n hoofd had opgeslagen. Ik wil het zo goed mogelijk vastleggen, juist zoals het mij op dat specifieke moment boeide.



In mijn landschappen zie je geen mensen. Ik wil het landschap puur weergeven. Bij het schilderen wil ik vrij van geest zijn, ik wil mij overgeven aan het beeld in mijn hoofd, ik denk dan



Ik werk graag met acrylverf. Ik begin vaak aan de opzet van de uitbeelding van een landschap met grote, grove bewegingen en een grote kwast. Later komt de detaillering. Het is dan zoeken om op het juiste moment te stoppen.

Mijn schilderstijl -vind ik zelf- is figuratief, maar toch ook weer impressionistisch. Ik werk soms ook in 3D, vaak met wrakhout, dat ik heb gevonden langs de dijk. Deze manier van bezig zijn is voor mij een welkome afwisseling met het schilderen”.

Jan van den Boom, redactielid Wij Zêëuwen.

nergens anders aan, ik geef me dan geen tijd om me over andere zaken druk te maken.

Ik verwonder me elke dag over datgene wat ik in het landschap kan en mag zien. Intens genietend, iedere keer weer opnieuw. Ik kan me helemaal lyrisch voelen als ik 's avonds met de zon in de rug op de Boomdijk sta en kijk naar de hoge bomen die richting Oosterschelde lange schaduwen werpen op de velden. Prachtig, elke keer opnieuw.



Lenny van Broekhoven (Utrecht 1955) heeft in Eindhoven de Academie Industriële Vormgeving (nu Design Academy) gevolgd met als specialisatie: Grafische Vormgeving.

Zij heeft op divers plaatsen als grafisch vormgeefster gewerkt, voordat zij zich vestigde in Kats. Daar heeft zij nu haar eigen atelier en galerie. Zij geeft ook workshops en werkt daar als grafisch ontwerper aan haar opdrachten.

Zie ook de website www.galeriekats.nl.

Samen gezond ...

December, een feestmaand waar geen eind aan lijkt te komen. Voor velen van ons soms al een geruime tijd zo gezellig niet meer. Wegens ziekte of vanwege verlies van een dierbare.

Tijdens de feestdagen wordt het gemis zichtbaar gevoeld. De kerst- en nieuwjaarswensen krijgen onbedoeld een nare bijmaak.

'De geest moet gezond zijn om het lichaam gezond te houden'.

Een levensmotto dat van grote betekenis kan zijn in een levensfase waarin het lichaam het steeds meer laat afweten. Het Latijnse woord *mens* betekent geest of verstand. Senioren die lichamelijk steeds meer zijn gaan mankeren, zeggen vaak: gelukkig zijn mijn geest en mijn verstand, nog goed. Hun gezonde geest houdt hun minder gezonde lichaam op de been.

Gezondheid is kennelijk een relatief begrip dat je pas echt gaat waarderen als ze langzaam wegvloeit. Je telt je zegeningen, wordt nederig en dankbaar, gaat naar binnen.

Tot het moment waarop we weer voorzichtig naar buiten keren. We proberen onze krachten weer te bundelen met buitenshuis en willen daar deel van uitmaken. We zien de gemeenschap als lichaam, symbool voor saamhorigheid.

Gemeenschapszin. Denk aan al die activiteiten binnen de afdelingen van onze Seniorenbond. Gezelligheidsmiddagen, excursies en andersoortige ontmoetingen.

Doordat we geregeld bij elkaar komen, voelen we ons met elkaar verbonden. Sociale banden worden versterkt, het groepsgevoel groeit, we voelen ons gelukkig bij elkaar. Dit geluksgevoel is zelfs wetenschappelijk vastgesteld.

Tijdens corona ontstond vanuit gezondheidsoverwegingen het thuiswerken. Veel werknemers zagen en zien er de voordelen van in, maar na vijf jaar wordt steeds duidelijker dat collega's elkaar vaker in levenden lijve moeten ontmoeten, anders ontstaat er geen band binnen een bedrijf, maar los zand. Werkgevers willen hun personeel vaker op kantoor zien. Waarom? Om gemeenschapszin te kweken.

Laten wij ons gelukkig prijzen met de gezonde geest in onze provinciale seniorenafdelingen en deze koesteren. Door die gezonde geest houden we een gezond lichaam in stand. Daar werken we allemaal aan mee door onze krachten te bundelen: bestuurders, vrijwilligers, maar bovenal de 'gewone' leden.

Er heerst een grote mate van tevredenheid over activiteiten die in de verschillende afdelingen georganiseerd worden. Lees er de maandelijkse afdelingsverslagen in Wij Zêêuwen maar op na.

Ons levende bewijs van gemeenschapszin: groepsgevoel leidt tot geluk.

Samen is meer dan een veelvoud van alleen, zoals het geheel meer is dan de som der delen. Daarom is het van belang dat we ons alleen zijn durven blijven delen met anderen.

Laten we in dat besef en in die geest toosten op onze gezamenlijke mentale gezondheid en op een sfeer van gemeenschapszin!

Rob Rijkschroeff is ruim veertig jaar werkzaam geweest in het onderwijs in de vakken Nederlands en Mens & Religie. Hij mijmert, leest en schrijft graag over zingeving, identiteit en spiritualiteit.



Kerstviering in Hulst



Op woensdag 17 december 2025 kwam KBO Hulst samen voor haar traditionele kerstviering. Een dag waarop ontmoeting, warmte en gezelligheid centraal stonden. In totaal mochten wij 105 leden verwelkomen.

Vanaf 10.00 uur werden de deelnemers ontvangen met een kopje koffie of thee. Terwijl iedereen rustig binnenkwam, klonken al vertrouwde kerstliederen door de zaal. Om 11.00 uur volgde de gebedsdienst, een mooi en bezinnend moment dat door velen als bijzonder werd ervaren.

Na de dienst werd de zaal omgetoverd voor het kerstdiner, dat met zorg en aandacht werd verzorgd door cateraar Benjamin. We begonnen met een heerlijke tomaten- of pompoensoep, die zo in de smaak viel dat veel kommen zelfs nog een tweede keer werden gevuld. Tijdens het diner bood KBO Hulst de drankjes aan. Voor de hoofdmaaltijd konden men kiezen uit een vlees- of visgerecht. Er werd zichtbaar genoten en niemand hoefde iets tekort te komen — wie wilde, kreeg gerust nog een extra portie. En hoewel de meesten eigenlijk al voldaan waren, kon het nagerecht toch niet worden overgeslagen. Toen zat echt iedereen goed vol.

Mooie prijzen voor de loterij.

Na het diner werd er nog gezellig nagepraat met een kopje koffie of thee. Daarna was het tijd voor beweging en plezier. Met de muziek van Bennie de Vet kwam de dansvloer al snel tot leven en werd er volop gedanst en gelachen.

Voordat iedereen huiswaarts keerde, zorgde de loterij nog voor extra spanning en vrolijkheid. De leuke prijsjes gaven het kerstfeest en de naderende jaarwisseling nét dat beetje extra.

Bij het afscheid werden de bestuursleden door veel deelnemers persoonlijk aangesproken. Met warme woorden en oprechte dank werd het bestuur bedankt voor de heerlijke maaltijd en de bijzonder gezellige, goed verzorgde dag. Dat maakte deze kerstviering voor ons allemaal extra speciaal.

Tot slot bedankte de voorzitter iedereen voor de komst en werden namens het bestuur de beste wensen uitgesproken voor een zalig kerstfeest en een gezond, gelukkig en liefdevol nieuwjaar.

Tekst en foto's: Jac de Bruin



Kerstviering Senioren 's-Heerenhoek



Een sterke groei van het aantal deelnemers aan de kerstviering, mede te danken aan het verlagen van de kosten door gebruik te maken van het fonds RCOAK dat het mogelijk maakt ook mensen met een kleine beurs deel te kunnen laten nemen. Het fonds schenkt Senioren Brabant-Zeeland een bepaald bedrag waar afdelingen op in kunnen schrijven.

Helaas kon organisator Kees wegens ziek zijn niet aanwezig zijn. Marianne van den Bos, Joke en Paul Neijenhuis namen zijn taak met liefde over. Een vol programma met spontane inbreng, o.a. Riet Martens die een prachtig kerstlied zong.

Bij de kerstoverweging werd een kaarsje aangestoken bij een lege stoel. We missen een dierbare die er altijd was met Kerstmis.

*Kerst in de Hemel
Hoe vieren ze dat nou?
Ze komen naar Aarde,
en vieren dat met jou.
Dus bewaar een lege stoel.
En hou een plekje voor hen vrij.
Je ziet ze misschien niet,
maar ze zijn er wel bij*

Speciaal werd stilgestaan bij het overlijden van Lau Traas. Onze voorzitter die op 10 oktober overleed en nooit een activiteit oversloeg. Daarna gevolgd door een kerstverhaal door ons lid Ma Hazen-Zaman. Drie ronden bingo waarvoor ons lid Marianne van den Bos mooie kerst- bloemstukjes had gemaakt. Dit alles werd gevolgd door een heerlijke kerstmaaltijd en ieder ging voldaan en tevreden naar huis.

Tekst en foto's: Kees Rentmeester.



Natuurwandelingen

Louwmaand

op het Veerse Meer

A photograph of a grebe, likely a Little Grebe, swimming in a body of water. The bird has brown and white plumage and is seen from the side, facing right. The water is blue with some ripples. The background is slightly blurred.

Dodaars met 'dot' op zijn aars. Foto: Peter Boelee.

De Louwmaand of ‘Looimaand’ valt in januari. In deze maand werden vroeger alle huiden die in de ‘slachtmaand’ (november) verkregen werden, geloooid. Pas eind negentiende eeuw werd het looien van dierhuiden machinaal uitgevoerd.



Leerooier bezig met het schrappen van vleesrestanten van de huid. Foto: Wikimedia.

Tot die tijd was het vies en ongezond werk en het stonk er verschrikkelijk. Eerst moesten de dode dieren gevild worden en bij dat villen bleven vleesresten achter, vandaar de stank. De huiden werden geweekt in kalkrijk water om ze van haren te ontdoen. Daarna gedroogd op een speciaal daarvoor ontworpen rond houtblok dat het ‘smartblok’ heette.

De vleesrestanten zaten er toen nog steeds aan, stelt u zich maar eens voor hoe dat voor een misselijkmakende geur in de looiruimte moet hebben gezorgd. In de looierij stonden kuipen, ook wel laven genoemd, die half in de grond gegraven werden. Deze werden gemaakt van eikenhout. De huiden werden in de kuipen met looizuur gehangen. Wanneer ze eruit gehaald werden om te worden gedroogd, konden de gelooide huiden niet meer bederven.

Voordat de huiden droog waren, werden ze eerst nog met de hand gekrabd en gewalst. Het krabben zorgde ervoor dat het leer ging glanzen. Door het walsen werd het leer platter en gladder.

Voor de schoenindustrie wordt nog steeds gebruik gemaakt van gelooide runderhuiden.

De Louwmaand is dus een andere naam voor januari. Vroeger was dat een hele koude maand zoals de winter van 1996/1997, toen op 4 januari de laatste Elfstedentocht plaatsvond. Het was het jaar dat de Oosterschelde gedeeltelijk en het Veerse Meer geheel bevroren was. Hier en daar werd een wak open gehouden door watervogels.

Zo was ik in die januarimaand getuige van een vogeldrama bij zo’n wak. In de beperkte ruimte van het open stuk water zwommen tien dodaarsjes. Dit kleinste fuutje lijkt op een klein bruin propje op het water, voortdurend duikend en dus moeilijk te fotograferen.

Bij gevaar duikt hij onder water en is hij in staat om onder te blijven met alleen zijn kop net boven de wateroppervlakte. Dodaarsjes eten kleine visjes, garnalen en schelpdieren en kunnen hiervoor tot wel twee meter diep duiken. Zijn naam heeft hij te danken aan het ‘dot’ veertjes op zijn achterkant (aars). In Zeeland heeft deze kleine fuut nog veel meer namen, zoals ‘aegelszakje’; jagers gebruikten vroeger de huid van de dodaars als zakje voor de hagel of dûkeloentje.

In de zomer kan je ze in elke plas of kreek vinden, ze broeden in de dichte vegetatie van de oever en om ze te vinden zou je hun hinnikend roepje moeten kennen.



Grote mantelmeeuw. Foto: Niek Oele.

We gaan terug naar dat wak in het Veerse Meer in de louwmaand van 1997, er zwommen tien dodaarsjes in en op de rand van het ijs zat een grote mantelmeeuw. Deze hele grote meeuw met een donker verenkleed zien we vooral in de winter. Het is een geduchte rover, ook al heeft hij niet de snavel als van een roofvogel.

Zodra deze grote mantelmeeuw, op de rand van het wak, honger kreeg, ging hij boven het wak hangen. Alle dodaarsjes doken onder en de eerste die in ademnood kwam, werd door deze grote meeuw uit het water gesnapt. De meeuw vloog, met deze onfortuinlijke dodaars in de snavel omhoog en liet het watervogeltje op het ijs vallen en at het op. Daarna ging hij doodgemoedereerd weer terug op zijn plekje aan de rand van het wak zitten en hadden de dodaarsjes even rust tot de meeuw weer honger kreeg. De natuur is in onze ogen keihard en wreed, maar eigenlijk kan je zeggen dat als we het aan de natuur over zouden laten, we als mens niet in hoeven te grijpen.



Dodaarsjes. Foto: Wim Mijering.

Ieder jaar worden in het tweede weekeinde van januari alle watervogels in Europa geteld, de zogenoemde 'midwintertelling'. Ook in Zeeland gaan daar veel tellers voor op pad, vorig jaar werden er in dat weekeinde ruim veertienhonderd dodaarzen geteld.

Stichting Ornithologisch Veldonderzoek Nederland (SOVON) coördineert de tellingen, hier volgen de cijfers van de Dodaarstellingen van vorige jaren in Zeeland:

Broedpopulatie

170-250, 8% van Nederland (2018-2020)

Geschat maximum winter

1.800 (januari), 26% van Nederland (2016-2021)

Geschat maximum voorjaar

1.000 (maart), 21% van Nederland (2016-2021)

Geschat maximum najaar

1.500 (november), 23% van Nederland (2016-2021)



Dodaars met kopje net boven het ijs.

Foto: Fons Wijering.

Tekst: Peter Boelee.

Peter Boelee begon in 1973 als 'oppasser' op de afdeling 'vissen-reptielen' in Diergaarde Blijdorp. In 1985 werd hij de eerste beheerder van het nieuwgebouwde dierenasiel in Goes.

Vanaf 2007 is Peter in opdracht van de Provincie Zeeland begonnen met maatregelen om de steenuil op Zuid-Beveland en Walcheren te behouden.

Na zijn pensionering in 2026 is hij met succes doorgegaan; de populatie is verdrievoudigd. Peter is 'vogelringer' van het Vogeltrekstation en ringt steenuilen, kerkuilen en torenvalken. Ook ringt hij gerevalideerde vogels voordat ze vanuit de vogelopvang worden losgelaten.

Sinds 2019 schrijft Peter over zijn natuurbelevissen in de Huis-aan-Huisbladen in Midden-Zeeland.

Geslaagde **kerst**middag

De jaarlijkse kerstmiddag van de Heinkenszandse Bond voor Senioren is dit jaar bijzonder feestelijk verlopen. We mochten een grote opkomst verwelkomen, wat direct zorgde voor een warme en gezellige sfeer.

Het optreden van *Mooi Zeeland* vormde een warm hoogtepunt: herkenbare liedjes, fijne muziek en veel vrolijke gezichten in de zaal. Daarna werd er smakelijk gelachen om een grappig kerstverhaal in het Zeeuws - een verhaal dat menigeen deed knikken van herkenning en gniffelen om de typische Zeeuwse humor. Natuurlijk hoorden ook kerstliedjes bij deze middag. Tevens trakteerde Mooi Zeeland ons daarnaast nog op een bijzondere presentatie van verschillende Zeeuwse klederdrachten. De Zuid-Bevelandse, Walcherse, Thoolse en Schouwse dracht kwamen hierbij mooi tot hun recht en werden met veel belangstelling bekeken.

Bij binnenkomst werden de aanwezigen ontvangen met koffie en een stuk kerstkrans, waarna de voorzitter een kort welkomstwoord uitsprak. Samen zingen of gewoon genieten, het kon allemaal. Tijdens de pauze werd iedereen voorzien van een drankje, en er was volop tijd om bij te praten, te lachen en oude bekenden weer even te spreken.

Al met al kunnen we terugkijken op een zeer geslaagde middag, waarin sfeer, traditie en samen zijn centraal stonden.

Tekst en foto: Annelies Martens.



Kerstviering in Den Wijngaard

We hadden op vrijdag 19 december onze jaarlijkse Kerstviering in Aardenburg. Dit jaar deden we dit in den Wijngaard met een koud en warm buffet. Na het buffet was het de bedoeling dat we de presentatie van Ton Over Binnenvaart van Vroege en NU zouden krijgen. Welnu, Ton was door ziekte daartoe niet in staat en dat kon dus niet doorgaan. Zeer jammer. De presentatie van Ton; die hebben we uiteraard nog tegoe!

De middag begon om 12.00 uur. Om in de kerstsfeer te komen las Peter Impens eerst een kerstverhaal voor, Peter had daarvoor gekozen een kerstverhaal, wat eerder door een plaatsgenoot uit Aardenburg was opgeschreven. Het was het verhaal van Herman Bakker. Het was een treffende opening voor het kerstgebeuren. En dat alles in een versierde zaal in den Wijngaard.

We kijken terug op een bijzonder geslaagde middag. Er deden 71 leden aan mee. We maken een compliment aan Patrick en Saskia voor het voortreffelijke warm en koud buffet.

Tekst: Ton Jongmans. Foto's: Shutterstock.





In een geheel in kerstsferen aangeklede zaal kwamen op 19 december ca. 60 senioren bij elkaar om een gezellige kerstbijeenkomst te vieren.

Na de ontvangst met koffie, en natuurlijk een stukje kerstkrans, werd de speech van onze helaas afwezige voorzitter (hij is voor een aantal maanden in het buitenland), dhr. Charles de Pesseroy, voorgelezen. Er werd in zijn speech teruggeblikt op het afgelopen jaar en veel activiteiten passeerden met een kwinkslag de revue. Er klonk dan ook regelmatig een vrolijke lach door de zaal.

Hierna was het tijd voor het eerste deel van het optreden van het Shantykoor Neptunus. Er werd veel meegezongen met de liederen over afscheid nemen en elkaar weer ontmoeten. Natuurlijk waren er ook oude bekende songs bij. Wie kent er niet "The old Calahan" Iedereen kon de tekst goed volgen door de projectie op een scherm, dit was fijn.

Na de pauze met een drankje kwam het tweede deel van het optreden. Hier werden ook liedjes gezongen die echt bij Kerstmis horen.



Kortom, we gingen zingend naar Kerstmis. Na afloop was er voor ieder koorlid nog een leuk presentje. Bedankt Neptunus voor weer een fijne middag.

De vrijwilligers waren de hele middag druk bezig met iedereen van drankjes en knabbels te voorzien. Om 5 uur was het tijd voor het heerlijke buffet. Iedereen heeft genoten en velen gingen nog na neuriënd naar huis. Tot volgend jaar!

Tekst: Mariëtte Platschorre.

Foto's: diverse personen.



Jaarafsluiting bij Seniorenkontakt Vlissingen e.o.



Seniorenkontakt Vlissingen e.o. houdt ieder jaar een eindejaar-bijeenkomst voor haar leden. Dit jaar gaven zich dertig leden op. Hierdoor besloot de activiteitencommissie om deze bijeenkomst te verdelen over twee middagen.

Op dinsdagmiddag 23 december was de eerste bijeenkomst met 15 aanwezige leden. Deze middagen worden georganiseerd bij "Proef en Geniet" een leerbedrijf waar de medewerkers worden opgeleid om later te kunnen werken in restaurants. Deze mensen zijn zeer bereidwillig en enthousiast. De activiteitencommissie had afgesproken dat onze leden twee consumpties en bitterballen op onze kosten zouden krijgen.

Rond 14 uur was iedereen aanwezig. Mariet Peeters opende deze bijeenkomst en wenste allen een gezellige middag. Na het eerste kopje koffie vertelde Lies Drenth twee mooie verhalen, erg boeiend en iedereen was enthousiast over de wijze en inhoud van haar verhalen. Na een tweede consumptie ging men rond met bitterballen, die er goed ingingen! De middag werd rond 16 uur afgesloten en ieder ging tevreden naar huis. Al met al een geslaagde middag. Op 30 december volgt de tweede bijeenkomst waarbij allerlei spelletjes, waaronder sjoelen worden georganiseerd en ook op deze middag verwachten wij vijftien tot zestien leden.

Tekst en foto's: Huub van Kessel.

Een scheppingsverhaal van de **Maya's**



Mensen uit alle tijden en uit alle landen hebben geprobeerd te begrijpen hoe het heelal is ontstaan en hoe de mensheid zich ontwikkelde.

Elke cultuur doet zijn eigen verslag, uniek in details maar waarin universele thema's zijn verwerkt.

Deze overeenkomst van denken tussen verafgelegen beschavingen kan wijzen op een vorm van archetypische intelligentie die beschikbaar is voor elk mens met de geestelijke bekwaamheid om zich de toegang daartoe te verschaffen, en ook op het bestaan van een heel oude wereldwijde beschaving.

Schepping uit het niets

Voordat de wereld een vaste vorm kreeg waren er twee goden: Tepeu, de Schepper naast Gucumatz, de Gevederde Geest. Terwijl de wereld om hen heen nog donker was, glinsterden de prachtige blauwe en groene veren van deze twee goden. Gezamenlijk maakten Tepeu en Gucumatz de wereld.

Alles wat in hun fantasie opkwam, ontstond onmiddellijk nadat ze het bedacht hadden. Ze dachten aan "Aarde" en spontaan ontstond er land in de duisternis. Verder bedachten ze bergen, valleien, pijnbomen en water en lucht. Zo ontstond de hele wereld.

Tepeu en Gucumatz besloten dat er wezens nodig waren om voor de hele schepping te zorgen en om hun naam als scheppers te prijzen. Daarom maakten ze herten, vogels, panthers en slangen en al de andere dieren die tot vandaag de dag de aarde bevolken.

"Prijs ons nu! Zeg onze namen!", bevalen de Scheppers.

Sprekende wezens

Maar de dieren konden alleen maar loeien, blaten, blaffen of sjiipen. Ze deden hun uiterste best om te spreken, maar het lukte hen niet. Ze kwetterden en krijsten uit volle borst totdat het geluid zo verdovend was dat Tepeu en Gucumatz hen de opdracht gaven ermee op te houden.

Teleurgesteld besloten de scheppers om betere wezens te maken. Deze schepsels zouden in staat moeten zijn om hun makers naar behoren te vereren. De eerste mensensoort werd gemaakt uit natte klei. De scheppers brachten ze tot leven en de eerste mensen probeerden te spreken, maar al gauw nadat ze gemaakt waren vielen ze in kleine stukjes uit elkaar.

De Schepper en de Gevederde Geest besloten een steviger soort mensen te maken. De tweede mensensoort werd daarom uit hout gesneden. Deze mensen waren inderdaad veel sterker; ze konden spreken en lopen en ze vermenigvuldigden zich. Maar deze mensen hadden geen hersenen en hun ziel was leeg. Hierdoor konden ze zich niets herinneren van de manier waarop ze ontstaan waren. De woorden die de mensen spraken waren zonder betekenis. Ze waren niet in staat om hun goden te aanbidden. Tepeu en Gucumatz stuurden een grote zondvloed

om deze mensensoort te vernietigen. De dieren kregen de opdracht om de overlevenden aan te vallen en hen in stukken te scheuren.

De weinige mensen die erin slaagden om te ontsnappen, vluchtten het bos in en veranderden in apen.

De scheppers lieten hen daar met rust, omdat ze op die manier als voorbeeld voor de volgende mensensoort konden dienen.



Van gele en witte maïs zijn jij

De Schepper en de Gevederde Geest dachten lang na hoe ze de mensen zouden kunnen maken die ze eigenlijk wilden. Het leek alsof er geen passend materiaal was waaruit deze mensen gemaakt zouden kunnen worden.



Maya's mensen van maïs

Uiteindelijk brachten enkele dieren de goden een voorraad maïs dat aan de andere kant van de aarde groeide.

Tepou en Gucumatz vermengden de maïs met andere grondstoffen en hieruit maakten ze vier verschillende mensen.

De nieuwe wezens leken volmaakt te zijn. Ze waren stevig genoeg om in leven te blijven en hun geesten waren vol gedachten en gevoelens. Nadat ze gemaakt waren begonnen ze meteen Tepou en Gucumatz te aanbidden en hun dank te zeggen voor het leven.

Tepou en Gucumatz waren tevreden. "Wat zien jullie?" vroegen ze aan de maïs-mannen.

Zien is begrijpen

"We kunnen kijken tot in de eeuwigheid, dwars door rotsen en bomen, dwars door bergen en tot aan de uithoeken van de aarde met al z'n dieren en planten. We kunnen alles zien en begrijpen!"



Tepou en Gucumatz keken elkaar aan. "Misschien hebben we deze wezens té goed gemaakt."
"Ze zouden niet zo goed moeten kunnen zien als wij!"

De scheppers beperkten daarop het gezichtsvermogen van de eerste mensen. Ze konden nu alleen nog maar dingen zien die dichtbij waren en ze konden niet langer door of over dingen heen kijken. Hierdoor begrepen ze ook minder van de wereld om hen heen.

Niettemin zongen de mannen nog steeds liederen om hun scheppers te aanbidden en ze vestigden zich in het nieuwe land.

Tepou en Gucumatz maakten vier vrouwen om hen gezelschap te houden. Deze acht mannen en vrouwen waren de voorouders van het hele Quichevolk (de Maya's) zoals dat tegenwoordig nog bestaat.

Nog steeds is hun gezichtsvermogen en hun begrip van de wereld niet volledig.

Samenstelling: Rob Rijkschroeff

Bron: mythicjourneys.org

Illustraties:

<https://images.app.goo.gl/AR5j2CEVNqML9u7N6>

<https://images.app.goo.gl/DEXBKkDWRszNRbQRA>

Verschijningsdata ONS en Wij Zêêuwen in 2026

ONS

16-12 December 2025
27-01 Februari 2026
24-02 Maart
24-03 April
21-04 Mei
19-05 Juni
23-06 Juli/Augustus

Wij Zêêuwen

01-01 Januari 2026
01-02 Februari
01-03 Maart
01-04 April
01-05 Mei
01-06 Juni
01-07 Juli
01-08 Augustus
01-09 September
01-10 Oktober
01-11 November
01-12 December



Hoeveel **AOW** krijgt U vanaf 1 januari 2026?

In 2026 gaat de AOW weer omhoog: netto krijgen we, vergeleken met 1 januari 2025, er tussen de 2,0 en 2,16% per maand bij.

Hierbij vindt u een overzicht van de verschillende situaties en bijbehorende AOW-bedragen, zowel bruto als netto, per 1 januari 2026.

De bedragen gelden alleen als u al AOW ontvangt en 100 procent AOW heeft opgebouwd.

Let op: de nettobedragen hangen af van het totale inkomen en kunnen nog enigszins verschillen van het AOW-bedrag dat u daadwerkelijk ontvangt. Vakantiegeld wordt op 21 mei uitgekeerd.

AOW-bedragen 2026

1. Alleenstaand

Nettobedrag met heffingskorting: € 1558,15. Zonder heffingskorting: € 1266,65.

Het vakantiegeld is € 106,55 bruto per maand.

2. Getrouwd of samenwonend: beiden AOW

Nettobedrag met heffingskorting € 1067,70.

Zonder heffingskorting: € 867,70.

Het vakantiegeld is € 76,10 bruto per maand.

3. Getrouwd of samenwonend: uw partner heeft nog geen AOW, u krijgt geen toeslag

Zie 2. Getrouwd of samenwonend, beiden AOW.

4. Getrouwd of samenwonend: uw partner heeft nog geen AOW, u krijgt volledige toeslag

Nettobedrag met heffingskorting € 2037,32.

Zonder heffingskorting: € 1735,48.

Het vakantiegeld is € 152,20 bruto per maand.

5. Getrouwd of samenwonend: uw partner heeft nog geen AOW, toeslag is 10% verlaagd

Nettobedrag met heffingskorting € 1950,63.

Zonder heffingskorting: € 1648,71.

Het vakantiegeld is € 144,59 bruto per maand.

Betaaldagen AOW in 2026

22 januari	21 mei	23 september
23 februari	23 juni	22 oktober
23 maart	22 juli	23 november
23 april	24 augustus	21 december

Bron: SVB.nl. Foto: Shutterstock



Een veel gehoord gezegde “Op uw gezondheid”. Het past natuurlijk ook het begin van het nieuwe jaar. In het voorbije jaar is er heel veel over ziekte en gezondheid geschreven en gesproken. En velen van onze lezers hebben dat ook aan den lijve ondervonden. Of ondervinden het nog. Zowel aan het eigen lichaam of bij familie, vrienden en bekenden.

En in de politiek is gezondheid en zorg ook niet weg te slaan. De politiekers rollen over elkaar heen als ze het over dit onderwerp hebben. “Op uw gezondheid”. Het is ook een belangrijk onderwerp en dat zal in dit jaar ook weer blijken. Maar gezondheid is nu eenmaal een belangrijke zaak in het leven van ieder mens.

Merkwaardig is het wel dat dit gezegde meestal bij een feestelijke gebeurtenis van iemand gebezigd wordt. Bij een (kroon)jaar, een promotie op het werk, een zoveel ...tig jarige verbintenis. Dan wensen we het feestonderwerp een goede gezondheid toe met deze spreuk. Soms vraag je je dan af of het bezigen van die spreuk wel terecht is. Bijvoorbeeld bij iemand die ongeneeslijk ziek is, of iemand die niet meer

lopen kan, flink doof is en wat er op het gebied van gezondheid wensen nog mogelijk is.

Het toont dat we iedereen, jong of oud, ziek of gezond toch een goed leven toewensen en dat hij of zij daarvan nog geruime tijd van genieten mag. Ook al doen zich daar beperkingen bij voor.

“Op uw gezondheid” we wensen het iedereen toe of je moet aan een bepaald iemand een ‘pesthekel’ hebben en hem of haar een goede gezondheid misgunnen. Als je dat laatste doet hoe is het dan met de mensen uit je naaste omgeving aan wie je geen pesthekel hebt? Wat wens je die dan toe? Het antwoord is bekend: een goede gezondheid en daarvoor zeg je dan “OP UW GEZONDHEID”.

Ik kan niet zeggen dat ik aan iemand een ‘pesthekel’ heb. Sommige mensen mag ik graag, sommigen minder. Maar ik gun graag ieder mens een goede gezondheid en daarom nogmaals deze wens aan u allen voor 2026: **OP UW GEZONDHEID!**

Augustinus

Oproep voor HUBA

(Hulp Belasting Aangiften)

In maart en april zijn onze HUBA's weer op pad om de hulpvragers bij het invullen van de IB 2025 te helpen. Aanvragen voor hulp worden er steeds meer, maar jammer genoeg komen we zo langzamerhand vrijwilligers te kort. Daarom deze oproep voor aanmelding als vrijwilliger (HUBA).

Het is een dankbare taak waarvoor de hulpvragers veel waardering hebben.

Is het wat voor u? Bekijk onderstaande profiel en taken belastinghulp IB.

Uiteraard horen wij heel graag van u!

Gevraagd

Profiel en taken belastinghulp IB

Functie

Uitvoeren van (organisatorische) werkzaamheden volgens de richtlijnen rondom invullen van eenvoudige belasting- en toeslagformulieren voor AOW-gerechtigden. De belastinghulp maakt als vrijwilliger deel uit van een lokale afdeling. Op de belastinghulp zijn de rechten en plichten van het vrijwilligersbeleid van toepassing. Hierin zijn onder andere overlegsituaties geregeld.

Taken

- Volgen van een eenmalige starterscursus.
- Volgen van een jaarlijkse terugkomdag waarbij u vooraf een opgave op de website van het Kennisnetwerk van de Belastingdienst maakt.
- Nakomen van afspraken met aangemelde leden.
- Invullen belastingformulieren en toeslagen.
- Nazorg verlenen.
- Desgevraagd deelnemen aan evaluaties.



Profiel

Om in aanmerking te komen als nieuwe belasting-hulp vragen wij leden uit uw afdeling die:

- Ervaring hebben met het werken met computer/laptop en internet en deze up-to-date hebben.
- In het bezit zijn van een e-mailadres, DigiD, mobiele telefoon, computer en internetaansluiting.
- Ervaring hebben met het invullen van belasting-aangiftes, uw eigen aangifte telt hierbij mee.
- Interesse hebben in de Wet Inkomstenbelasting 2001
- Interesse hebben in de zorg- en de huurtoeslag.
- Bereid zijn om, naast enige zelfstudie, de jaarlijkse terugkomdag voor belastinghulpen te volgen, voor fiscaal nieuws en onderlinge kennisuitwisseling.
- De mogelijkheid hebben om de aangiftes inkomstenbelasting via internet te verzenden.
- In ieder geval beschikbaar zijn in de aangifteperiode die loopt van februari tot mei.
- Minimaal 20 aangiftes kunnen verzorgen door middel van spreekuur of huisbezoek.
- Enthousiasme hebben voor en interesse in ontwikkelingen op belastinggebied.
- Voor tenminste 3 jaar beschikbaar zijn als invuller van de afdeling.

Wij bieden:

- Zinvol en boeiend vrijwilligerswerk.
- Een opleidings- en jaarlijkse terugkomdag.
- Toegang tot relevante fiscale informatie via onze website.
- Ondersteuning door fiscalisten vanuit het provinciaal coördinatiepunt.

Voor inlichtingen e.d.: informeer bij de secretaris van uw afdeling.



Bestuur en redactie brengen een toast uit op het
nieuwe jaar van Senioren Regio Zeeland:
Op uw gezondheid!

Senioren Eropuit



*Of er een bus vol senioren als deelnemers een nieuwjaarsduik gaat bezoeken?
Het kan natuurlijk wel zo zijn dat een van uw (klein)kinderen de uitdaging aangaat.
En anders is het gewoon leuk al die sportievelingen op Nieuwjaarsdag aan te moedigen.
Laat u die kop warme chocolademelk na afloop smaken.*

Traditiegetrouw vinden er op 1 januari 2026 weer een aantal nieuwjaarsduiken plaats in Zeeland. Meedoen is voor de echte bikkels, en kijken is voor iedereen. Altijd leuk om al die stoere mensen de koude zee in te zien rennen. Veel mensen maken er een uitje van waarna ze ergens een strandtentje opzoeken om lekkere warme chocomel te drinken.

Maar waar zijn ze precies, de nieuwjaarsduiken?

Cadzand-Bad

De jaarlijkse nieuwjaarsduik bij strandpaviljoen De Zeemeeuw in Retranchement is een evenement dat je niet mag missen. Op 1 januari verzamelen tientallen moedige zwemmers zich om op klokslag 12.00 uur een frisse duik in de Noordzee te nemen.

Westenschouwen strand

Op 1 januari begint het nieuwe jaar op Schouwen-Duiveland met een verfrissende traditie: de nieuwjaarsduik van Westenschouwen. Deze traditie, die sinds 1996 jaarlijks wordt gehouden, zorgt voor veel vermaak op de stranden. Aanvang: 15.00 uur. Deelnemers verzamelen zich bij de trap van Westenschouwen, nabij Burgh-Haamstede (Duinpad), voor een duik in de Noordzee. Daarnaast: muzikaal plezier met de lokale band 'Liever ier als tuus'.

Domburg

Strandpaviljoen Tziki, Strand 40. Veel inwoners en toeristen van Domburg beginnen het nieuwe jaar met een frisse duik in de Noordzee. Een traditie die in 2000 in gang werd gezet. Een geweldige manier om het nieuwe jaar te vieren.

Kortgene

Nieuwjaarsduik, 12.30-13.30 uur op het strandje van camping de Paardekreek, Havenweg 1.

Wemeldinge

De nieuwjaarsduik op het strandje bij Casco in Wemeldinge is nog niet officieel bevestigd. Nadere informatie via Facebook. In het verleden was de duik om 12.00 uur. In 2025 werd de duik afgelast vanwege de weersomstandigheden.

Walsoorden

De duik in Walsoorden staat gepland op 1 januari om 12,15 uur op de steiger aan de zeedijk. Ook hier springen deelnemers samen de koude zee in om het nieuwe jaar in te luiden.

Vlissingen

De duik op het Badstrand van Vlissingen begint stipt om 14.00 uur, de warming-up start om 13:30 uur. Deelname is gratis en er is geen inschrijving nodig.

Meer info via de verschillende websites.



van oeveren reizen

50-PLUS **BUS**PROGRAMMA

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