

*Even  
Bijpraten...*



**Oktober - November 2026**

## ***Inhoudsopgave:***

|     |                                          |    |
|-----|------------------------------------------|----|
| 1.  | Inhoudsopgave                            | 2  |
| 2.  | Voorwoord van de voorzitter              | 3  |
| 3.  | Verslag bijeenkomst 20 augustus - Reisje | 6  |
| 4.  | Verslag bijeenkomst 17 september         | 8  |
| 5.  | Wat te doen bij “babbeltrucs”.           | 10 |
| 6.  | Overzicht programma komende maanden      | 11 |
| 7.  | Rijbewijs keuringen                      | 13 |
| 8.  | RABO BANK Club support                   | 14 |
| 9.  | Vallen en Risico's om te vallen          | 14 |
| 10. | Kennen wij onze buurman/ buurvrouw?????  | 16 |
| 11. | Lief en Leed leden                       | 17 |
| 12. | Ledenmutaties                            | 18 |
| 13. | Bestuur                                  | 19 |
| 14. | Aquarel door Ad van Wijlen               | 20 |

## **2. Van de Voorzitter**

**Beste leden,**



Heeft u WhatsApp op uw telefoon?

Om te beginnen heeft u hiervoor een mobile telefoon nodig, een geldig telefoonnummer en internet. Dan pas kunt u de App installeren op uw telefoon.

Niet iedereen van u zal WhatsApp gebruiken, wat jammer is, want het is makkelijk communiceren.

Je kunt snel berichten, foto's en filmpjes versturen en ontvangen, je kunt ermee telefoneren en videobellen en dat alles gratis.

Misschien vind u het wel heel erg afstandelijk en heeft u liever persoonlijk contact. Maar helaas is dat niet altijd mogelijk. De app heeft veel voordelen.

In ieder geval voor mij zelf! In de 'familie app' wordt lief en leed besproken. Ik koester de berichtjes van mijn kleindochters uit Rotterdam en Amsterdam. Door middel van foto's en filmpjes blijf ik helemaal op de hoogte. Sinds kort heb ik ook weer regelmatig contact met mijn neven en nichten in Canada! Per brief ging dat toch een stuk moeizamer.

Ergens las ik 'Sociale media als wapen tegen eenzaamheid van ouderen'.

Eenzaamheid zal WhatsApp niet bestrijden, maar het maakt het leven toch misschien iets gezelliger, praktischer en soms veiliger.

Om mij heen hoor ik steeds meer mensen die een zogenaamde Straat of buurt App hebben.

Sinds 2023 heeft onze straat ook een 'Buurtapp'. De Bulckesteijnstraat / Luchtenburgstraat app. Van de 48 huisadressen zijn er 43 lid van deze groep. 89%.

Wij houden elkaar op de hoogte van lief en leed. Van verdwaalde katten, berichtjes van de Oranje Vereniging, de jaarlijkse Kerstboom met glühwein tot informatie over de jaarlijkse speelweek met de straten competitie.

Maar ook belangrijkere zaken komen voorbij. Zo verscheen er vorige week een waarschuwing voor nepagenten in Geldermalsen en omliggende dorpen. Een gewaarschuwd mens telt voor twee!

En zo ben ik, via de app, bij de zogenaamde Babbeltrucs gekomen. Misleidende smoesjes waarvan vooral ouderen het slachtoffer worden en waar ik u, misschien ten overvloede, toch voor wil waarschuwen.

Naast de nepagenten zijn er nep medewerkers van de banken actief. Valse zorg of GGD medewerkers die proberen binnen te komen. De afleidingstruc aan de deur. Aardige mensen vragen om een glas water, terwijl een tweede dief binnensluipt.

Let op Klusjesmannen die zich aanbieden. Bijvoorbeeld om de goten schoon te maken en later hoge rekeningen presenteren.

Ik hoop van harte dat deze misdaden ons bespaard blijven. Verderop in Even Bijpraten zal ik een aantal praktische tips geven, hoe wij ons kunnen beschermen tegen babbeltrucs.

Ik had het nog over de herfst willen hebben, over de peren en appel oogst dit jaar, over de prachtige, maar droge, zomer die achter ons ligt. Maar dit voorwoord wordt echt veel te lang!

Ik sluit af met Gerard Cox:

‘t Is weer voorbij die mooie zomer

Die zomer die begon zo wat in mei

Ah, je dacht dat er geen einde aan kon komen

Maar voor je ‘t weet is heel die zomer al weer lang voorbij

Vriendelijke groeten Jacky Bertens

### 3. Verslag Bijeenkomst 20 augustus - Reisje

Met 2 bussen gevuld met 86 personen rijden we exact om negen uur weg van de Kostverlorenkade. Onze eerste stop was bij het restaurant de **Ruggestee in Hoenderloo**.



Hier hebben we genoten van koffie met lekker appelgebak. Daarna vervolgden we onze busreis met in iedere bus een gids. We kregen tijdens de rit door de Kroondomeinen van Apeldoorn prachtige uitleg over de Veluwe en het Koninklijk huis. Na ruim een uur waren we weer in het restaurant en kregen we een heerlijke lunch aangeboden. Het was een lekkere en gezellige maaltijd. Rond 14.00 uur gingen we op weg naar Terschuur. Maar eerst gingen we met z'n allen op de foto. Het was nog steeds stralend weer.





Onderweg naar het “Oude Ambachten en Speelgoed Museum” kregen we een behoorlijke regenbui, maar gelukkig zaten we hoog en droog in de bussen van de firma Krol. Bij het museum was het weer droog en konden we in 2 groepen de oude ambachten en het speelgoed gaan bekijken. Het was veel, echt heel veel om te bekijken en er werden vele mooie oude herinneringen opgehaald.



Nadat we verzadigd waren van alle indrukken en onze dorst gelest was, reden we weer terug naar Geldermalsen. Het was een mooie een gezellige dag



#### 4. Verslag Bijeenkomst 17 september

Onze voorzitter Jacky opent de bijeenkomst met een hartelijk welkom voor nieuwe leden, gasten en natuurlijk het koor “Bekaant Goed uit Haaften”

Zij leest een gebed van Huub Oosterhuis naar aanleiding van psalm 139: “Gij die weet wat in mensen omgaat”.

Daarna gaan we luisteren naar het koor.



De presentatie was zeer goed verzorgd. De teksten van de liederen werden via de beamer vertoond met als achtergrond mooie en gezellige plaatjes.

Men kon dan ook met plezier meezingen. De keuze van de liederen was enorm. Er werden liederen gezongen van Corrie konings tot Boudewijn de Groot. Met teksten van Marina tot Engelenbewaarder!





Het koor, bestaande uit enthousiaste mannen en vrouwen, bestaat inmiddels al 25 jaar. Na de pauze werd wederom leuk en gezellig meegezongen .

De middag werd zelfs afgesloten met het lopen van een polonaise op de muziek “Och was ik maar ..... “



Nadat de voorzitter het koor had bedankt en ieder koorlid beloond werd met een roos, gingen we allemaal soms dansend en zingend weer huiswaarts.

## **5. Wat te doen bij “babbeltrucs”.**

### **Belangrijke tips**

1. Installeer een kierstandhouder of deurketting op uw voordeur.
2. Kijk altijd eerst wie er voor de deur staat via een raam of deur camera.
3. Laat nooit onbekenden zomaar binnen, hoe betrouwbaar ze ook ogen.
4. Geef nooit bankpassen, pinpassen, codes, geld of sieraden af aan huis.
5. Sluit de deur als u even iets moet pakken.
6. Vertrouwt u het niet? BEL METEEN 112

De politie heeft een speciale waarschuwingskaart ontwikkeld voor senioren. Deze kaart bevat korte, krachtige waarschuwingen en is bedoeld om op ooghoogte naast de voordeur te hangen.

U kunt de kaart vinden en downloaden via de pagina over Veiligheid voor Senioren op Politie.nl

Heeft u hulp nodig bij het installeren van Whatsapp of bij het downloaden van de waarschuwingskaart, laat het ons dan weten.

## 6. Overzicht programma komende maanden

Alle middagen: Inloop 14.00 uur

- Aanvang 14.30 uur

### Donderdag 15 oktober

Vanmiddag vertelt Dhr. Rob van Eck ons over de 7 wereldwonderen.



### Donderdag 19 november



Vanmiddag hoort u meer over het prachtige werk dat de mensen van de Stichting Wens Ambulance verrichten.



## Donderdag 17 december

Een feestelijke en gezellige kerstmiddag. Het duo 'Twice a Lady' treedt vanmiddag voor ons op. Zij verzorgen een sfeervol kerstprogramma met bekende nummers als White Christmas en Silent Night, afgewisseld met Nederlandstalige nummers.

Het belooft een mooie middag te worden, uiteraard met een hapje en drankje.

**Let op: Aanvangstijd wordt 14.00 uur en we eindigen om 17.00 uur**



## 7. Rijbewijs Keuringen

Senioren, chauffeurs met rijbewijs C/D/E en overige automobilisten die voor verlenging van hun rijbewijs moeten worden gekeurd, kunnen hiervoor terecht bij Goedkope Keuringen maandelijks in het ***Dorpshuis, Achtersteweg 17 in Meteren***. Voor informatie en een afspraak belt u naar het landelijke afsprakenbureau: **085 - 48 83 616**. Zelf een datum reserveren kan via de website:

[www.goedkopekeuringen.nl](http://www.goedkopekeuringen.nl). De artsen waar wij mee samenwerken zijn aangesloten bij het ZorgDomein.

Tarieven (incl. BTW): **75+ B/E en medisch € 50,00, C/D/E en Taxipas € 65,00.**

**Let op: Het is niet mogelijk rechtstreeks bij de locatie een afspraak te maken.**

Voordat u naar de keuring gaat dient er eerst een Gezondheidsverklaring gekocht te worden en is verkrijgbaar bij de gemeente en via internet op [mijn.cbr.nl](http://mijn.cbr.nl) (inloggen met DigiD).

U beantwoordt de vragen en stuurt de Gezondheidsverklaring naar het CBR. Het kan een aantal weken duren voordat u de papieren die de arts moet invullen thuisgestuurd krijgt van Het CBR (per post of via de mail).

Ook inwoners uit omliggende gemeenten zijn van harte welkom

## 8. RABO BANK Club support



Wij hopen dat veel van onze leden en eventuele familieleden of kennissen hebben gestemd op onze afdeling.

Zodra de uitslag bekend is en ook de opbrengst dan zullen wij deze aan u kenbaar maken.

Alvast hartelijk dank voor het uitbrengen van uw stem.

## 9. VALLEN EN Risico's om te vallen

De meeste ouderen (bijna de helft) vallen in en om het huis. Het grootste aantal valpartijen vindt plaats in de badkamer, waar de oudere uitglijdt of struikelt. Ook uit bed en van de trap vallen komt veel voor, vooral onder tachtigplussers. Er kunnen verschillende oorzaken zijn dat ouderen vallen. De meest voorkomende oorzaken zijn:



**Lichamelijke klachten.** Slechtziendheid, duizeligheid, verminderd evenwicht of een achteruitgang van spierkracht vergroten het risico op vallen. Ook specifieke aandoeningen zoals reuma, CVA en Parkinson kunnen het risico op valpartijen fors verhogen.

**Mentale klachten.** Door de angst om te vallen gaan mensen mogelijk minder bewegen of onzeker lopen. Bijvoorbeeld omdat ze al een keer gevallen zijn. Maar door minder activiteit gaat de spierkracht juist achteruit, wat weer tot vallen kan leiden. Hierdoor ontstaat een vicieuze cirkel.

**Omgevingsfactoren.** Denk aan een gladde vloer of een losliggend kleed waar iemand over struikelt. Ook slecht licht of hoge drempels kunnen een val veroorzaken. En het ontbreken van steunpunten waar iemand zich aan vast kan houden.

**Producten.** Alcohol of medicijnen, zoals slaappillen of morfine, kunnen invloed hebben op het reactievermogen, waardoor het valrisico toeneemt.

**Ondervoeding.** Goed eten en de juiste voedingsstoffen tot zich nemen is belangrijk. Iemand kan anders ongemerkt achteruit gaan in fitheid, spierkracht en de capaciteit van hart en longen. Ondervoeding is niet altijd direct zichtbaar, omdat het vaak pas aan het licht komt nadat iemand valt.

## 10. Kennen wij onze buurman of buurvrouw



De nieuwe rubriek heeft nog niet het beoogde effect gehad. In de vorige EB was “uw buurman” Marinus van Soelen. Alleen onze voorzitter heeft de moeite genomen om het antwoord in te sturen en ze had het goed.

**Onderstaand een nieuwe buurman of buurvrouw. Welk lid van onze afdeling gaat schuil achter al deze informatie.**

Het lid is geboren in Zaltbommel en heeft de leeftijd van 75 jaar al bereikt, is wel jonger dan 82.

Het lid heeft nooit aan sport gedaan, woont al 57 jaar in Geldermalsen en is in totaal 4x verhuisd. Ondanks dat ze al 57 jaar in Geldermalsen woont vindt ze Zaltbommel de mooiste stad. Het openbaar vervoer en museum bezoek is niet aan haar besteed. Een grote hobby is toch wel handwerken en naai en stikwerk. Om het iets gemakkelijker te maken: ons lid is niet zo bekend in Geldermalsen, maar haar man daarentegen wel, hij kwam bij veel bewoners van Geldermalsen op bezoek.

Mocht u weten of denken te weten wie achter deze gegevens schuil gaat, stuur dan een mail vóór 15 oktober naar [pcobgeldermalsen@gmail.com](mailto:pcobgeldermalsen@gmail.com) o.v.v. mijn buurman / mijn buurvrouw is.....???? En uw eigen naam. Onder de goede inzenders verloten wij een waardebon van € 15,00

## 11. Lief en leed Leden

In elke Even Bijpraten vermelden wij dit onderwerp, Lief en Leed. Wij worden allemaal ouder en de ziekteverschijnselen komen dan ook in veelvoud over onze leden heen. Wanneer wij, als bestuur, weten dat iemand ziek is dan proberen wij daar aandacht aan te besteden, d.m.v. een kaartje. Een klein gebaar, maar voor de betrokkene oh zo belangrijk en dat wij aan hen denken in de moeilijke periode van het leven. Dus geef a.u.b. aan ons door wanneer u ziek bent of dat u weet dat een lid ziek is. Op dit moment is ons bekend dat er diverse leden ziek zijn en een aantal van ons vrij ernstig. Het noemen van namen van de zieken is gevaarlijk, omdat



wij dit niet weten van alle leden en wij dan een aantal vergeten te noemen. Maar onze gedachten zijn bij alle zieken, veel sterkte in deze moeilijke tijden.

### Afmelding van leden

Er zijn een aantal leden die niet meer in staat zijn om de bijeenkomsten te bezoeken, hoe graag zij dit ook willen. Zij hebben te kennen zich af te willen melden. Dat zal dan geschieden per 30 december 2026, aangezien zij contributie hebben betaald voor het gehele jaar en zodoende nog de magazines dit jaar kunnen ontvangen.

## 12. Ledenmutaties:

### Nieuwe leden:

In elke nieuwe “EvenBijpraten” verwelkomen wij veel nieuwe leden. Prachtig dat wij een groeiende vereniging zijn en dat telkens weer nieuwe leden bij ons aansluiten. Inmiddels zitten wij voor 2026 op 41 nieuwe leden. In 2024 mochten wij 45 nieuwe leden begroeten, wellicht overstijgen wij dit jaar dit aantal. Het ledenaantal is met de nieuwe leden totaal 264. In de afgelopen periode mochten wij de volgende nieuwe leden verwelkomen. Dit zijn:

Wij heten jullie allemaal van harte welkom bij onze vereniging en hopen dat jullie je snel thuis voelt. Allen veel plezier.

Hr. Broer van Buren, Rijnstraat 23A

Mevr. Greet van Buren - Hardebol, Rijnstraat 23A

Mevr. A.I. Oevering, J.H. Derksenstraat 9, Meteren

Mevr. Leida de Jongh, Kuipershof 51

Dhr. Kees van Dooijewaard, H.J. Ganzemanstraat 31

Mevr. Dicky van Dooijewaard, H.J. Ganzemanstraat 31



### Werf een nieuw lid. Het loont!

*Voor elk nieuw lid dat u aanbrengt, ontvangt u een VVV Cadeaukaart ter waarde van €15,00*

### 13. Bestuursleden ANBO - PCOB Geldermalsen

|                     |                                                                        |
|---------------------|------------------------------------------------------------------------|
| Jacky Bertens       | Voorzitter                                                             |
| Bulckesteynstraat 7 | 4158 CR Deil                                                           |
| 06 - 11 60 83 00    | <a href="mailto:bertensjacky@hotmail.com">bertensjacky@hotmail.com</a> |

|                         |                                                            |
|-------------------------|------------------------------------------------------------|
| Dicky Heinen – van Hees | Secretariaat                                               |
| Sophiastraat 9          | 4191 GG Geldermalsen                                       |
| 0345 – 57 31 29         | <a href="mailto:dhheinen@hetnet.nl">dhheinen@hetnet.nl</a> |

|                  |                                                                  |
|------------------|------------------------------------------------------------------|
| André Wahl       | Penningmeester / ledenadministratie                              |
| Peppelbos 75     | 4191 ME Geldermalsen                                             |
| 06 - 20 28 09 83 | <a href="mailto:jrwahl0001@kpnmail.nl">jrwahl0001@kpnmail.nl</a> |

|                    |                                                                            |
|--------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| Alie Callewaert    | Bestuurslid                                                                |
| Van Utenhoveweg 66 | 4191 MB Geldermalsen                                                       |
| 06 – 10 07 16 72   | <a href="mailto:aliecallewaert1@kpnmail.nl">aliecallewaert1@kpnmail.nl</a> |

|                          |                                                              |
|--------------------------|--------------------------------------------------------------|
| Ali Wegter – Steinvooort | Bestuurslid                                                  |
| Bulkhof 3                | 4196 BA Tricht                                               |
| 06 – 14 20 78 36         | <a href="mailto:aliwegter@hetnet.nl">aliwegter@hetnet.nl</a> |

Website: [www.anbo-pcob.nl/afdelingen/geldermalsen/](http://www.anbo-pcob.nl/afdelingen/geldermalsen/)

Banknummer t.n.v. penningmeester PCOB afdeling Geldermalsen:

**RABO bank: NL 92 RABO 0166 983 608**

Foto omslag: Voorkant Jacky Bertens / Achterkant Aquarel door Ad van Wijlen

