

Schakel

Mei 2025





emmaus

Gouda


Kringloopwinkel Emmaus Gouda

Mooie spullen voor een aantrekkelijke prijs.
De opbrengst komt ten bate van goede doelen.

U kunt bij ons spullen afgeven en
wij halen in overleg spullen op.

Zin in leuk vrijwilligerswerk?
Neem contact op of kom langs.

Kringloopwinkel Emmaus
Vest 61
2801 VE Gouda
0182 528 529
info@emmausgouda.nl

 EmmausGouda

Open:
donderdag 13:30 – 17:00
vrijdag 13:30 – 17:00
zaterdag 11:00 – 16:00



voor al uw elektra
werkzaamheden

IJSSELSTIJN
installatietechnik bv

- Huisinstallaties (uitbreiding lvm bv nieuwe keuken)
- Bedrijfsinstallaties
- Elektra keuringen volgens NEN 3140
- Intercom/video installaties
- Beveiligings en LED verlichting
- Noodverlichting en rookmelders
- Energiebesparing
- Draaideurautomaten

Voor zowel bedrijven als particulieren

Marconistraat 105, Gouda
Tel. 0182 52 65 46 UNETO-VNI 

www.ijsselstijn.nl



+31 182 512 370
verkoop@hbeds.nl
Zeugstraat 76A, 2801 JD Gouda
www.hbeds.nl



Grote fysieke showroom
Gratis Bezorging & Montage
Beste Prijsgarantie



Koop Boxsprings,
matrassen en bedden op
www.hbeds.nl

SCHAKEL, jaargang 36 nr. 148, mei 2025

'Schakel' is het contactorgaan van de KBO, afdeling Gouda en omstreken en verschijnt vijf keer per jaar (maart, mei, juli, oktober en december).



	pagina
Algemene Leden Vergadering (ALV) 16 mei	4
Begroting 2025 en contributie KBO Gouda	5
10 juni: Senioren Karaoke Show	6
Het is lente	7
Muziekshow 'Mooi was die tijd' op 5 juli	9
Nieuwe beweegactiviteit voor senioren	10
Levenslessen van ouderen	11
Vervoerspunt Gouda	12
Overheerlijke stampot	13
Belangrijke telefoonnummers	14
Agenda	15

Volgende Schakel: juli 2025. Kopij uiterlijk 15 juni.

BESTUUR KBO EN REDACTIE SCHAKEL

Voorzitter: Peter Geurts, 0182 525828, p.geurts@xs4all.nl
Secretaris: Ton de Witte, 06 18227962, witte876@gmail.com
Penningmeester: Simon Koomen, 06 13708502, simon.koomen@hetnet.nl

Ledenadministrateur

Roos Lafeber 06 40210177, rooslafeber@hotmail.com

Redactie Schakel

Simon Koomen Gedenklaan 11, 2806 KK Gouda,
06 13708502, simon.koomen@hetnet.nl

Ouderen Adviseur

Dolf Taekema 06 18921972 dolftaekema48@gmail.com
Frans Rancuret 06 19930015 fransrancuret@gmail.com

Website <https://www.kbozuidholland.nl/afdelingen/gouda/>

=====

Gironummer van KBO Gouda NL98INGB0009073091

Lidmaatschap van KBO Gouda € 23,00 per persoon per jaar

=====

ALGEMENE LEDENVERGADERING 16 MEI

U bent van harte welkom op de ALV van de KBO afd. Gouda e.o., die op vrijdag 16 mei wordt gehouden in de Antoniuszaal, Aalberseplein in Gouda. De vergadering start om **14.00 uur**.



Agenda

- 1 Opening door voorzitter Peter Geurts
- 2 Mededelingen
- 3 Jaarverslag over 2024 van de secretaris
- 4 Financieel jaaroverzicht 2024 door de penningmeester
- 5 Verslag van de kascommissie over 2024
- 6 Er wordt een nieuwe reserve voor de kascommissie gezocht. Wie stelt zich beschikbaar?
- 7 Begroting en contributie 2025 (zie de toelichting hierna op pagina 5)
- 8 Vooruitblik 2025 / 2026: zijn er activiteiten die u graag zou willen? Ook is er altijd behoefte aan (reserve) vrijwilligers.
- 9 Rondvraag
- 10 Sluiting



Na afloop is er voor de liefhebbers de mogelijkheid deel te nemen aan twee ronden gratis BINGO.

Het bestuur van KBO Gouda

Heeft u voor het eerst een emailadres of is uw emailadres gewijzigd? Geef het door aan uw bestuur (simon.koomen@hetnet.nl) of de ledensecretaris. Bij onverwachte wijzigingen in de KBO-activiteiten kunnen we u dan mailen.

BEGROTING 2025 EN CONTRIBUTIE KBO GOUDA

De begroting 2025 voorziet in een tekort. Dat tekort is wat lager dan verwacht, omdat er sprake is van een eenmalige meevaller: KBO Zuid-Holland heeft in 2023 geld overgehouden en geeft dit nu aan de afdeling terug. Zonder die meevaller zou het voorziene tekort hoger zijn uitgevallen. Dat verlies is er niet voor het eerst. Al enkele jaren hebben we een tekort. Nu kunnen we wel een stootje hebben. In het verleden is er een reserve opgebouwd en ook met verliezen zoals nu kan die reserve nog heel wat jaren toe.



Over het algemeen probeer je echter te voorkomen dat je als vereniging telkens verlies lijdt. Maar KBO Gouda verkeert wel in een heel bijzondere situatie. Het aantal leden daalt snel, heel snel. Begin 2020 hadden we bijna 600 leden, begin 2025 is dat gedaald tot ongeveer 350. Dat is een afname met gemiddeld 40-50 per jaar! Er komen weinig nieuwe, jonge leden bij en de gemiddelde leeftijd

neemt toe. Dat betekent dat ook de komende jaren het ledenaantal waarschijnlijk flink zal dalen. Als je de huidige trend doortrekt, zou je over een paar jaar nog maar zo'n 200 leden over hebben.

Met dat gegeven kun je ook naar de financiën kijken. Als een vereniging kleiner wordt, kan de reserve ook kleiner zijn. Het incasseren van een jaarlijks verlies is dan niet zo'n probleem. In dat licht kunnen we ook kijken naar de afdracht per lid aan Zuid-Holland. Die is verlaagd van € 17,81 in 2023 naar € 15,50 in 2024 naar € 13,50 in 2025. Die afdracht zal vermoedelijk wel € 13,50 blijven. We houden voor onszelf dus € 4,31 per lid meer over in vergelijking met 2023. Als gevolg hiervan overweegt het bestuur de contributie voor komend jaar te verlagen van € 23 naar € 20 p.p. per jaar. Per saldo houden we dan nog € 1,31 per lid meer over om voor KBO Gouda te besteden dan in 2023.

Het bestuur van KBO Gouda

10 JUNI: SENIOREN KARAOKE SHOW

De Senioren-Karaoke-Show is een gezellige zangmiddag waarin deelnemers samen liedjes kunnen zingen met de teksten op een groot scherm. Men kan zijn favoriete nummer kiezen uit een gids met ongeveer 300 titels, zowel van vroeger als nu.

Bij aanvang ontvangt iedereen een gids met beschikbare liedjes. Deelnemers kunnen hun gewenste nummers aanvragen met een aanvraag-bon. De teksten worden op een scherm weergegeven met hulp van een lichtbalk en deelnemers kunnen solo zingen met een draadloze microfoon. Een synthesizer zorgt voor de muzikale begeleiding.



De Senioren Karaoke Show is op **dinsdag 10 juni** van 14.00-16.00 uur in de Antoniuszaal. De zaal is open om half twee.

Leden van de SVMH zijn ook van harte welkom.

Het bestuur van KBO Gouda

OUD ZIJN

*Oud zijn is geen zaak van jaren,
als ik 't even zeggen mag.
Meerd're malen heb ik mensen
oud zien worden in één dag.*

*Leven is nog zo iets anders
dan alleen een rikketik.
'k Heb ook mensen jong zien worden
in een enkel ogenblik.*

Toon Hermans

HET IS LENTE.....

Ieder jaar verbaas ik mij weer dat na de winter de natuur ontwaakt. Voorjaarsbloemen zoals sneeuwkllokjes, de narcis, krokus, tulp, blauwe druifjes en hyacint komen spontaan te voorschijn. En even later bloeit de Forsythia en Magnolia. Ook de dieren voelen het voorjaar aankomen: de koeien dansen in de wei, geboorte van lammetjes en geitjes kondigt zich aan.



Het is ook de tijd van het Paasfeest; Paaszondag valt altijd tussen 22 maart en 25 april en wordt dus niet op een vaste datum gevierd. De datum is afhankelijk van de maanstand. Pasen valt op de eerste zondag na volle maan op of na 21 maart.

Tradities: het paasei als teken van vruchtbaarheid en nieuw leven. We vieren immers in de kerkelijke traditie de opstanding van Jezus.

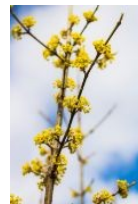
Ook de haas staat symbool voor vruchtbaarheid, aangezien die veel jongen kan krijgen. Onlangs stond er een artikel in de krant over het gedrag van de haas of beter gezegd de hazen. In het voorjaar is het voor de hazen een drukke (paar) tijd. Het mannetje (rammelaar) gaat op zoek naar een vruchtbaar vrouwtje (de moer). Er volgt een hazengevecht: welk mannetje wordt de overwinnaar? Helaas, de verliezer kiest het hazenpad! Het winnende vrouwtje krijgt per worp ongeveer 5 jongen die na ongeveer 4 weken al zelfstandig zijn.

Er zijn ook leuke spreuken over de haas zoals:

- een hazenslaapje (licht slapen)
- mijn naam is haas (daar weet ik niks van)
- jij bent het haasje (jij mag het opruimen).

Gebed in de Lente

*Ik dank u voor de lichte zonnestralen
en voor de merel zingend voor mijn raam
en voor de rust die ik in mijn hart voel dalen,
omdat ik u mag noemen bij uw naam.
En dat het lente wordt en Gij de aarde
wilt strelen met uw sterke Scheppers hand,
omdat ik weet: mijn levenstuin heeft waarde,
U heeft er zelf uw bloemen in geplant!
Geef dat de bloesemknoppen niet bevriezen,
maar opbloeien in Uw lentezon.
En laat mij niet de stille vreugd verliezen,
dat ik, ook ik, nog voor U bloeien kan!*



Nel Benschot, dichteres (1918-2005) schreef talrijke religieuze gedichten.
Haar eenvoudige dichtkunst raakte vele gelovigen.

Toos Draisma



*Adreswijzigingen kunt u melden aan Roos Lafeber (tel. 06 40210177 of
rooslafeber@hotmail.com). Dat geldt ook voor uw mailadres.*

MUZIEKSHOW 'MOOI WAS DIE TIJD' OP 5 JULI

In deze bijzondere voorstelling neemt zangeres Helen Liebers haar publiek mee op een muzikale reis terug naar de tijd 'toen geluk nog heel gewoon was'. Met haar warme stemgeluid en passie voor muziek brengt zij een mix van:

- Nederlandstalige levensliedjes
- bekende Duitse schlagers
- tijdloze Engelstalige evergreens

Tijdens de show vertolkt Helen op haar eigen, bijzondere wijze klassiekers van



artiesten als ABBA, Pussycat, Maywood, Zangeres Zonder Naam, Mieke, Nicole en meer. Helen verrijkt haar optreden bovendien met enkele van haar eigen liedjes.

Helen komt uit een muzikaal gezin en begon al op 12-jarige leeftijd met zingen. Haar vader, de frontman van het orkest The Sunstreams, bracht haar de liefde voor muziek bij. Na jarenlang de leadzangeres te zijn geweest in een trio schittert Helen sinds 2012 als soloartiest. Met haar unieke stemgeluid en persoonlijke stijl heeft Helen zich ontwikkeld tot een veelgevraagde zangeres. Ze bracht inmiddels zes albums en talloze singles uit, trad op in diverse radio- en tv-programma's en weet met elk optreden haar publiek te ontroeren en te betrekken.

De muziekshow is op **zaterdag 5 juli** van 14.00-16.00 uur in de Antoniuszaal. De zaal is open om half twee.

Leden van de SVMH zijn ook van harte welkom.

Het bestuur van KBO Gouda

NIEUWE BEWEGACTIVITEIT VOOR SENIOREN

Vitality Clubs zijn gezellige, laagdrempelige maar effectieve beweegclubs vóór en dóór 55-plussers. Het bewegen in de openbare ruimte vindt plaats zonder begeleiding van professionals. De beweessessies worden begeleid door een of meerdere deelnemers uit de groep. In Gouda Noord is zo'n vitality club gestart. Elke week kunt u op het sportveld, tegenover Van Noord, diverse leuke en gezellige oefeningen doen. Dit schrijft Nadine, de initiatiefnemer:



‘De vitality club loopt als een trein. Samen gezond blijven door te bewegen en natuurlijk koffie drinken is gezellig en leuk.

Elke keer zien we weer nieuw gezichten, want via via gehoord of ons bericht in de krant gelezen. Sluit ook gezellig aan, probeer het een keertje. Alle niveaus zijn welkom. De club start elke vrijdag om 9.30 uur voor café van Noord en gaat hierna een uurtje bewegen. Met koffie in het buurthuis als afsluiter. Doordat we elkaar bijna elke week zien, worden we steeds meer een groep. Al is het niet erg als iemand een keertje niet aanhaakt. Het is allemaal vrijblijvend.

Wees welkom. Of heb je het idee om een vitality club te beginnen en wil je wat meer weten, neem gerust contact met ons op of doe een keer met ons mee! We vertellen je er graag alles over: Nadine 06 20679454.’

LEVENSSLESSEN VAN OUDEREN

Achteraf zouden we veel dingen anders hebben gedaan. 'Als ik dit eerder had geweten dan...' is een veel gehoorde zin. Als je ouderen vraagt naar wat ze de jongere generatie mee zouden willen geven, dan krijg je 50 levenslessen om jezelf aan de wereld te laten zien. Hier volgen de eerste 16:

1. Je bent sterker dan je denkt.
2. Fouten maken mag, het zijn waardevolle lessen. Elke fout die je maakt, brengt je één stap dichterbij je doel.
3. Er is niets dat je klein houdt, behalve jijzelf.
4. **Je kunt altijd vooruit, het is een kwestie van willen.**
5. Hoeveel succes je ook boekt, er zullen altijd mensen zijn die je wijzen op wat er niet goed is.
6. De enige beperking die je hebt zit in je fantasie. Laat het los.
7. Je perceptie is je realiteit.
8. **Vertrouwen op je instincten.**
9. De enige vraag die in het leven telt is: 'Wat zou je doen, als je niet bang was?'
10. Het is vaak lastig te zeggen hoe dicht je bij succes bent.
11. De enige fout in het leven die je kunt maken, is dat je kiest om niets te doen uit angst voor het maken van een fout.
12. Laat succes niet naar je hoofd stijgen en mislukking niet naar je hart zakken.
13. Je moet je door slechte dagen heen slaan om de beste dagen in je leven te verdienen.
14. Het leven gaat voor 10% over wat je gebeurt en voor 90% over hoe je ermee omgaat.
15. Doe waar je van houdt en niet wat je denkt dat je zou moeten doen.
16. **Lachen is het beste medicijn. Lach vaak om jezelf.**
17. Als je je rijk wilt voelen, tel dan de dingen die je niet met geld kunt kopen.



gelezen op <https://www.hetkanwel.nl/>

VERVOERSPUNTGOUDA

De Stichting VervoersPuntGouda is een maatschappelijke vervoersvoorziening



zonder winstoogmerk die met VervoersPuntGouda en AutoMaatje Gouda maatwerkvervoer verzorgt voor oude-

ren en kwetsbare Gouwenaren. VervoersPuntGouda is opgezet en beheerd door vrijwilligers en biedt goed, betaalbaar en vriendelijk vervoer, op tijdsafpraak, van-deur-tot-deur, zonder omrijden. Wij rijden elke werkdag van 9.00 tot 17.00 uur in heel Gouda én omliggende plaatsen. Het is bedoeld voor senior bewoners uit Gouda die (met een beetje hulp) zelfstandig kunnen in- en uitstappen. Wij zijn er zeker ook voor korte ritten zoals familiebezoek, een afspraak bij de huisarts of kapper of gewoon om boodschappen te doen. Een rit bestellen kan (bij voorkeur ruim van te voren) via de telefooncentrale, elke werkdag bereikbaar van 9 tot 17 uur op 0182 717 006. Onze vrijwilligers (inmiddels bijna 50) hebben levenservaring en doen dit omdat ze het leuk en zinvol vinden. Vriendelijkheid is vanzelfsprekend. De stichting heeft drie eigen auto's/busjes, waarmee we vervoer op maat bieden.

Daarnaast is er AutoMaatjeGouda. Dit is een vervoersservice voor Gou-

wenaren waarbij vrijwillige chauffeurs minder mobiele plaatsgenoten vervoeren. De chauffeurs gebruiken daarvoor hun eigen auto en krijgen hiervoor een kleine onkostenvergoeding. AutoMaatje kan bijvoorbeeld worden gebruikt voor een bezoek aan een ziekenhuis of dokter, maar ook om naar de kapper te gaan of om deel te nemen aan activiteiten binnen en buiten Gouda. Vervoer is op basis van beschikbaarheid. Een rit moet zeker drie werkdagen van te voren worden aangevraagd (telefooncentrale 0182 717 006).

ANWB AutoMaatje



Heeft u meer vrije tijd en wilt u zinvol en vooral dankbaar vrijwilligerswerk gaan doen, overweegt u dan of vrijwilliger (en met name chauffeur) worden bij ons iets voor u is.

Meer informatie vindt u op website <https://www.vervoerspungouda.nl/>.

OVERHEERLIJKE STAMPPOT

KBO Gouda bood de leden een gratis stampottenbuffet aan op woensdag 12 en 26 maart in buurthuis De Kade. De maaltijd bestond uit drie delen: een voorgerecht (soep met stokbrood en kruidenboter), het hoofdgerecht (andijvie- of zuurkoolstampot) met gehaktbal en rookworst, en dessert (flensjes met warme kersen en ijs met slagroom). De KBO bood ook nog een drankje aan. De maaltijd werd afgesloten met koffie of thee. Beide dagen werden goed door de leden bezocht, de eerste keer met 16 personen, de tweede keer met 14.



En het moet gezegd: de maaltijd was voortreffelijk! Beide dagen was de keukengroep van de Kade al om 13.00 uur in de weer om alle gerechten klaar te maken. Keurig op tijd werd om 17.00 uur het voorgerecht opgediend. En ieder liet het goed smaken, er werd geen wanklank gehoord. Bij het hoofdgerecht kreeg je zowel andijvie- als zuurkoolstampot, maar er werd met iedereen rekening gehouden. Dus als je geen zuurkool liefde, dan kreeg je een dubbele portie andijviestampot. Die stampot paste ook in het weer buiten. De maaltijden waren net op de wat koudere dagen van maart.

Na afloop kreeg de keukengroep applaus. Sommige leden opperden dat zo'n gezamenlijke maaltijd als KBO-activiteit een goed idee is en dat we dat meer zouden moeten doen. En wie weet!

Simon Koomen

BELANGRIJKE TELEFOONNUMMERS

Algemeen alarmnummer	112
Politie (niet spoedeisend)	0900-8844
Ambulancepost Gouda	0182-560 164
Brandweer Hollands Midden	088-246 5000
Sociaal Team Gouda	088-900 4321
Huisartsenpost Gouda	0182-322 488(buiten kantooruren)
Dienstapoth. Midden Holland	0182-698 820 (buiten kantooruren)
Groene Hart Ziekenhuis	0182-505 050
Vierstroom	0900-9300
Zorgpartners Midden Holland	0182-723 723
Thuiszorgwinkel / Medipoint	088-102 0100
VrijwilligersInformatiePunt	0182 - 588 295 / 588 659 / 588 357
Burennetwerk Gouda	0182-235082 (tussen 9 en 12 uur)
Groene Hart Hopper	0900 - 600 80 08 (algemeen / Info)
	0900 99 88 778 (reserveren, klantnr. bij de hand houden!)
Vervoerspunt Gouda	0182 717 006 (werkdagen 9.00-17.00 uur)
Groene Hart Maaltijdservice	0182-342 453 (08.30 - 12.00 uur)
Wmo loket gem. Gouda	0182 591732
Ouderenvoorlichting	
	gemeente Gouda 140182 ouderenvoorlichting@gouda.nl



Zoekt u een origineel verjaardagscadeau? Geef de jarige een KBO-lidmaatschap cadeau!

Fred gaat naar de dokter. Hij loopt naar binnen en zegt: 'Ik heb een bril nodig.' Waarop de dame achter de balie antwoord: 'Inderdaad, want u staat nu in de kaaswinkel...'



KBO BINGO

De bingo vindt plaats in de Antoniuszaal, Aalberseplein 2, 2805 EG Gouda en begint om 14.00 uur (zaal open om 13.30 uur).

NB: Graag met gepast of klein geld betalen.

April	11*	25
Mei	9	23
Juni	13	27
Juli	11	25

* vanaf 13.00 uur!

OVERIGE KBO ACTIVITEITEN

5-9 mei		Villa Nova	Zorgvlied
16 mei	14.00 uur	Algemene Ledenvergadering	Antoniuszaal
10 juni	14.00 uur	Karaokeshow	Antoniuszaal
5 juli	14.00 uur	Muziekshow Helen Liebers	Antoniuszaal

ACTIVITEITEN SVMH*

- Elke maandag spelletjesmiddag 14.00-16.00 in Wijkcentrum Van Noord. Kosten voor niet leden € 2,50 incl. een kopje thee of koffie.
- Iedere woensdagmiddag vanaf 13.00 uur Jeu de Boules (Olympia aan de Bodegraafseweg). Meespelen is gratis. Info Stuart 0182 605534.
- Iedere dinsdag en vrijdag fietsen. Info Joke Lammers 0182573732 of Johan de Jong 06 33832280.
- 7 Mei koffieochtend bij GEWOON GOUDS op de Markt naast Belvedere.
- Dinsdag 20 mei dagtocht Oude Ambachten en Speelgoed in Terschuur. Info Carolien Kanters 0182 602660 of 06 22008233 en Jannie Mellema 0182 534106 of 06 17804794.

**(excl. meerdaagse reizen). Zie ook <https://www.svmh-gouda.nl/>.*

Word ook lid van de KBO!

Ik geef mij met ingang van op als lid van de KBO afdeling Gouda.

Man

Vrouw



Voorletters:

Achternaam:

Adres:

Postcode en Woonplaats:

huisnr:

Geboortedatum:

Emailadres:

Mailen naar Roos Lafeber: rooslafeber@hotmail.com of inleveren op Groen van Prinsterensingel 17c, 2805 JD Gouda, tel. 06 40210177.

Wilt u als echtpaar lid worden? Dat kan. Vul dan het formulier 2 keer in.



**Natuursteenbedrijf
Ben Overkamp b.v.**



Grafmonumenten

Bezoek vrijblijvend onze uitgebreide showroom

Vakbekwame levering en verwerking van alle soorten natuursteen.

Gouderaksedijk 42a - 2808 NG Gouda - tel. (0182) 512601 - fax (0182) 580482
e-mail: info@overkamp-natuursteen.nl - www.overkamp-natuursteen.nl



Secretariaat:

Middenmolenlaan 73 2807 EA

tel. 06 18227962,

witte876@gmail.com