



# Nieuwsbrief

Website :

[www.kboprovgroningen.nl/afdelingen/stadskanaal](http://www.kboprovgroningen.nl/afdelingen/stadskanaal)

Email :

[kbostadskanaal@gmail.com](mailto:kbostadskanaal@gmail.com)

## Stadskanaal

Jaargang 35

Nummer 2

Maart

2023

### Plantentips

#### Geef ze de ruimte

Als je een boom of plant in huis haalt, die nog volop in de groei is, dan kan het nogal raadzaam zijn om die vooral niet in een hoekje te duwen. De plant heeft nog veel ruimte nodig om zich te volgroeien.

#### Houd je planten schoon

In de natuur worden planten schoongespoeld door de regen en waaien stofjes weg met de wind, maar in huis zijn de omstandigheden net even anders. Haal daarom af en toe ook eens een stoffer langs de planten zodat deze weer kunnen ademen.

#### Geef je planten te eten

Nee je hoeft natuurlijk niet opeens je maaltijd te delen met je plant, maar ook planten hebben soms even een extra vitamine boost nodig. Geef je plant daarom eens in de zoveel tijd voeding. Het type voeding verschilt per plantensoort dus check dat zelf even goed. Er bestaat ook vloeibare voeding die je gemakkelijk kan mengen met het water.



### In deze uitgave

Plantentips	1/2
Jarig	2
Jaarvergadering	2
Toiletten	2
Het konijn de tijger en de koe	3
Kopje koffie	3
Wat gaan we doen	3
Handige en snelle schoonmaaktips	4
Eropuit	4

### Info KBO Stadskanaal tel 06 21200262

#### Bestuur

Voorzitter	Dineke Bruining 0599 619 795
Secretaris	Herman Bruining 0599 650 795
Penningmeester	Martien de Haan 0599 610 865
bestuurslid	Ada Kuper 0599 611 149
bestuurslid	Anneke Leegte 0599 620 259

#### Leden administratie Bezorging magazine

Herman Kappen 0599 619 774

#### Attentie zieken

Ada Kuper 0599 611 149

## Zet je binnenplanten eens buiten

Het kan soms best goed zijn voor een plant om eens buiten te staan. Doe dit vooral bij (sub)tropische bomen, zoals palmen,

citroen- of olijfbomen. 's Zomers kunnen deze bomen heerlijk buiten in de zon staan, maar 's winters is het te koud in Nederland en kunnen de bomen beter binnen staan. Alleen maar gezellig in huis natuurlijk!

## Denk goed na over de pot

Overpotten kan soms echt killing zijn voor planten. Dus als dit niet nodig is, doe het dan vooral niet. Houd de plant dan gewoon in de plastic pot en zet deze in zijn geheel in een mooie pot op een schoteltje om het water op te vangen. Dat is veel makkelijker voor jezelf.

## Jarig



Lenie Arends-Schomaker, Irene Blom-Keizer, Annelies de Haan-Tijs, Bernard Hemmen, Pieter Jochems, W. Jurkewicz, Gerard Luers, Lidie van de Wiel-Broens en Rika Zomer-Arends. Allemaal van harte gefeliciteerd.

## Jaarvergadering

Op de jaarvergadering waren 41 leden aanwezig. De gebruikelijke onderdelen kwamen aan de orde. Voor een reisje met de bus was nog veel belangstelling. Voor fietsen met een grote groep en de 55+ beurs was geen belangstelling. Mark Nienhuis gaf ons uitleg over Automaatje. Na een bedankje van Dineke gingen we over in de heerlijke stampotmaaltijd. Voor ieder als vanouds lekker smullen en kletsen.

## Toiletten

We hebben bij de B&W van Stadskanaal nogmaals aandacht gevraagd voor de toiletvoorzieningen. Op de landelijke lijst van voorzieningen bij de stichting Hoge Nood staat Stadskanaal landelijk op de 259<sup>ste</sup> plaats met 374 punten. Dat terwijl de gemeente Druten (Gelderland) op de eerste plaats staat met slechts 18.000 inwoners. (onderzoek 2021) Wat het K.B.O. betreft een moment om actie te ondernemen in onze gemeente.

Een tekort aan opengestelde toiletten houdt ons tegen het winkelcentrum te bezoeken. Voldoende toiletten zorgen voor een levendiger en economisch gezonder winkelcentrum. Ook draagt het bij aan een oplossing van maatschappelijke problemen zoals eenzaamheid en bevordert een inclusieve samenleving waarin we naar elkaar omzien.

Op dit moment is er slechts een voorziening in de Kanaalpassage die tijdens winkeltijden geopend is. Een tweede openbare voorziening is in onze ogen noodzakelijk. Daarnaast is de verwijzing naar de huidige voorziening uiterst mager te noemen. Ook dat behoeft verbetering.

## Het konijn, de tijger en de koe

"Ik ga op jacht, want ik heb enorme honger," zei de tijger op een dag tegen zijn vrouw, en hij ging op zoek naar beesten om op te jagen. In de verte zag hij een koe en hij zei tegen zich zelf: "Mijn middageteten staat klaar, wat zal mijn vrouw blij zijn!"

De koe zag hem er aan komen uit de verte en verbleekte zoals de maan wanneer de zon opkomt. Een konijn dat naar haar zat te kijken kwam op haar af en zei: "Maak je geen zorgen, ik zal je helpen, vriendin."

Niet ver van de plaats waar de koe en het konijn met elkaar praatten, lag het skelet van een stier. Het konijn verstopte zich in de kop van het skelet van de stier en met holle stem als vanuit de andere wereld, riep hij naar de tijger: "Halt. Als je die koe opeet die tijdens mijn leven mijn vrouw was, zal ook jij, heel gauw, net zo dood zijn als ik."

De tijger rende er geschrokken en bang vandoor. Daarna liep het konijn de tijger tegemoet en vroeg hem: "Wat zoek je?"

"Ik ben op jacht," antwoordde de tijger.

"Kom, volg mij," zei het konijn. "Ik vind wel iets voor je te eten... Boven op die heuvel staat een dikke, vette, koe... ik zal haar voor je meebrengen; wacht hier beneden op me."

Het konijn ging de heuvel op, duwde tegen een enorm rotsblok en liet dat boven op de tijger vallen, die meteen dood was, verpletterd.

Sinds die tijd zijn de koe en het konijn goede vrienden.



## Kopje Koffie

### Kopje koffie met KBO Stadskanaal.

In de rustige maanden gaan we elke 2e woensdag van de maand een kopje koffie drinken.

Om 11:00 uur bij **Lekker Anderz**, een kopje koffie of thee. Je bepaalt zelf of je ook een koek of gebak wil. Het is voor je eigen rekening.

We drinken een kopje koffie op:

14 juni 11:00 uur

12 juli 11:00 uur

9 augustus 11:00 uur

## Wat gaan we doen

### Smoky

De bioscoop in Stadskanaal heeft een lift gekregen. Dat geeft ons de mogelijkheid om eens met elkaar naar de bioscoop te gaan. **Dinsdag 11 april om ...uur** hebben we een mooie natuurfilm voor ons gereserveerd van Henk en Janetta Bos. Kosten € 6,50. KBO leden krijgen 2 consumptiebonnen.

### Fietsen na de tweewieler

Toegang gratis

We krijgen 8 maart voorlichting in de kerk hoe het verder moet, als je niet meer kunt of durft te fietsen. Het is ook mogelijk om een andersoortige fiets uit te proberen. Er wordt ook aandacht besteed aan hoe je zo veilig mogelijk kunt fietsen. **LET OP in de Kerk**

### Wandelen

4 maart 8km we starten van om 9:00 uur vanaf het RK Kerkplein.

18 maart 5km dan starten we om 9:30 uur vanaf het Pagecentrum

### Fietsen

Elke dinsdag om 13:30 uur. In de wintermaanden en bij slecht weer gaat het fietsen niet door.

## Handige en snelle schoonmaaktips

Wie heeft er tegenwoordig nog tijd en zin om net als oma centimeter voor centimeter het huis te schrobben? Daarom geven wij je handige huishoud- en schoonmaaktips.

Wist je dat je met olijfolie binnen no time vlekken van roestvrij staal krijgt en waarom zou je de douche eigenlijk niet schoonmaken terwijl je eronder staat?

### TTip 1: Kreukvrije was

Haal de was meteen uit de machine en hang de kleding op hangertjes of leg ze languit te drogen. Op die manier krijg je geen kreukels en hoef je niet meer te strijken.

### Tip 2: Wegwerpdoekjes

Maak volop gebruik van wegwerpdoekjes. Je hebt ze voor het toilet, de keuken, badkamer en voor meubels. Zonder enige moeite veeg je zo de viezigheid van de kinderstoel en het stof van de tafel.

### Tip 3: Vette vingers

Met kleine kinderen heb je vaak last van vette vingers. Om deze weg te halen kun je allesreiniger in een spuitflacon doen. Loop de vette vingers na met een doekje en je flacon, dan is alles zo weer schoon.

### Tip 4: Vlekken op de bank

Kinderen knoeien nogal eens op de bank. Het wondermiddel? Ossengalzeep! Het doet wonderen voor alle vlekken op de bank: melk, poep, groente/fruit. Zelfs chocolade gaat vaak uit de bank met ossengalzeep. Je kunt het kopen bij de drogist.

### Tip 5: Frisse geur

De stofzuiger geeft vaak een muffe geur af. Dit kun je heel makkelijk verhelpen door voor je gaat stofzuigen even een beetje waspoeder op te zuigen. De frisse geur wordt vervolgens door heel je huis verspreid.

## Eropuit

### Eropuit en samen leuke dingen doen

Met een groep of één op één lekker op pad gaan is niet altijd vanzelfsprekend als je een lichamelijke beperking hebt. De drempel is soms gewoonweg te hoog. Wij nemen je graag mee. Onze activiteiten, het vervoer en de begeleiding is aangepast op jouw situatie. Of het nu gaat om een boswandeling, een drankje in de stad, een bezoek aan een museum of lekker rondneuzen in het tuincentrum. Met z'n tweetjes of samen met andere Zonnebloemers. Ook is het mogelijk om met een afdeling op vakantie te gaan.

### De Zonnebloem iets voor jou?

De Zonnebloem is er voor volwassen mensen met een lichamelijke beperking. Kun je door een lichamelijke beperking niet (meer) doen wat voor zoveel andere mensen vanzelfsprekend is? En wil je wel eropuit in een groep of met een vrijwilliger? Neem dan contact op met de plaatselijke Zonnebloemafdeling.

## ALTEVEER/ONSTWEDDE/VLAGTWEDDE

0599-332847

