

# SOESTER VENSTER

April 2021

Magazine van KBO Soest - Soesterberg - Baarn



# TOURINGCARS

## VERHUUR VAN TOURINGCARS VOOR IEDER VERVOER

- Luxe touringcars voor 17 tot 63 personen
- Aangepaste touringcars met rolstoellift

## SPECIALIST IN HET ORGANISEREN VAN GROTE EN KLEINE REIZEN

- Verzorgde groepsreizen in binnen- en buitenland
  - Uitstapjes voor senioren
  - Dagtochten



# EEMLANDREIZEN

Nieuwe Havenweg 73 | 1216 BN HILVERSUM  
Telefoon (035) 623 42 47 | [www.eemlandreizen.nl](http://www.eemlandreizen.nl)  
e-mail: [info@eemlandreizen.nl](mailto:info@eemlandreizen.nl)

## In dit nummer:

- 1 Van de voorzitter
- 3 Van de redactie
- 4 Gerda's momentje
- 6 Pasen
- 9 Legpuzzel-uitleen
- 10 Keuzes maken
- 11 Wist u dat?
- 12 Uitje van de maand
- 14 Soest in Beeld
- 16 Gezonde levensstijl
- 19 Zoekertje
- 24 Sudoku en rebus
- 26 Een gewaarschuwd mens
- 27 Nuttige tel. nummers
- 28 Bestuur / werkgroepen

## Colofon

**Orgaan KBO-afdeling  
Soest-Soesterberg-Baarn**

Soester Venster april 2021  
redactiesvkbo@icloud.com  
T. 035-888 36 57

## Redactie

John Biesaat  
Gerda Buis  
Ria Lamé

## Druk

Colourprint, Veenendaal

## Verspreiding SV

- Gon Sparnaaij  
gon.paul@kpnmail.nl
- Marieke Verkley  
marieke.verkley@gmail.com

## Contact KBO SSB

T. 034-535 35 65  
kbosb@sx4all.nl

## Postadres KBO-afdeling

Soest-Soesterberg-Baarn  
Postbus 139, 3760 AC Soest

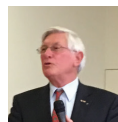
Het e.v. magazine verschijnt  
op **20 april kopij voor  
het Soester Venster vóór  
9 april aanleveren**

aan:  
redactiesvkbo@icloud.com of  
Inspecteur Schreuderlaan 174  
3761 ZB Soest.

KBO



Soest  
Soesterberg  
Baarn



## Kantelpunt

Een nieuw woord in onze Nederlandse taal, maar wel zeer beeldend. Het geeft aan dat er veranderingen op komst zijn en, in de huidige situatie, een positieve verandering.

Wij mogen ons langzaam voorbereiden op versoepeling van de Coronabeperkingen en daar verlangen wij met z'n allen zeer naar. Eindelijk weer eens normaal contact met familie, vrienden en medemensen. Eindelijk weer eens een knuffel, omhelzing of vriendenhand. Wat zal dat een opluchting zijn, maar meer nog dat wij onszelf gelukkig mogen prijzen nu wij ervaren hebben wat wij in de afgelopen 12 maanden hebben moeten missen. Of, anders gezegd, dat wij hebben ervaren hoe belangrijk persoonlijke contacten zijn en hoe dankbaar en gelukkig wij moeten zijn dit met anderen rond ons heen te kunnen en mogen delen. Voor ons, als gelovige christenen, is de betekenis van Pasen nog zelden zo betekenisvol geweest.

De toekomstverwachting in optima forma!

Ik kan u zeggen dat ik het heerlijk vind om weer eens een opgeruimd stukje te kunnen schrijven en niet alleen bemoedigende, aansporende en misschien zelfs troostende



woorden te hoeven gebruiken. De besmettingsgetallen dalen, de vaccinatiegetallen stijgen, de hoop groeit en daarmee komt de verwachting die ik in mijn vorige stukje uitsprak duidelijk in zicht. Een jaarvergadering in juni komt steeds meer in beeld.

Wat hierbij echter ook steeds meer in beeld komt is het uitermate vervelende en voor mij zelfs frustrerende gegeven dat wij de voorzittersvacature nog steeds niet hebben kunnen invullen.

*U mag dit deel van het voorwoord dan ook zeer zeker beschouwen als een zoekadvertentie voor een voorzitter!!!*

Het kan toch niet zo zijn dat wij in ons bestuursschema achter de functie “Voorzitter” nog steeds “vacature” moeten schrijven. Dit kan niet waar zijn en dus roep ik hierbij iedereen op om nu zeer indringend rond te kijken (of in de spiegel!) wie onze Leidsvrouw/Leidsman zal zijn.

**! Een aangever is in dit geval geen klokkenluider !**

*Frits van Wesemael*



## **Afscheid van de winter**

*Deze foto werd ingezonden door Ria Roelants en is genomen vanaf de Van der Weijdenstraat.*

Onze fotowedstrijd loopt nog steeds dus: neem de uitdaging aan en stuur ook uw foto's naar de redactie.





Na het moeilijke jaar dat het levensritme van ons allemaal ernstig verstoorde koos de redactie in het vorige Soester Venster voor het thema hoop.

In dit nummer borduren wij daar op door en laten wij op verschillende manieren zien dat die hoop gerechtvaardigd is. Het titelblad symboliseert dit, de bloesem aan de bomen is net als de eerste krokussen het bewijs dat de lente op komst is.

De lente, nieuw leven, is ook het thema van Pasen het feest van de opstanding. In dit nummer mooi verwoord door Gerda Buis. De meer materiële beleving van het paasfeest wordt toegelicht door Ria Lamé.

Een bijzondere oproep dit keer in ons zoekertje waarin een blind geboren dame uw hulp vraagt bij het inlezen van boeken. Wellicht nieuw voor u maar juist als u aan huis gebonden bent kan dit een interessant tijdverdrijf zijn waarmee u niet alleen een medemens gelukkig maakt maar wellicht ook uw eigen blik verruimt. Lezen blijft immers altijd een boeiende zaak.

Met de lente nemen we afscheid van de donkere dagen en de winter en we doen dat met een mooie foto die Ria Roelants ons stuurde naar aanleiding van onze oproep aan u.

Helaas was zij tot nu tot de enige die op onze oproep en fotowedstrijd reageerde, daarom nogmaals: ga de uitdaging aan en laat zien wat u kunt. Met uw camera, of nog makkelijker tegenwoordig met uw mobile telefoon legt u mooie plekjes in uw eigen omgeving vast of als u toch een dagje op stap gaat. Help ons ons mooie blad te verfraaien met uw foto's en inspireer anderen ermee.

*John Biesart*

# Pasen, symbool van leven

---

**door: Gerda Buis**

We zijn alweer in april beland. April doet wat hij wil, ofwel, het kan alle kanten op in deze maand. Mooie dagen vol ontluiking.

Kwistig rondstrooien met tere bloemen die boven de grond uitkomen. Kleur geven.

Kleur aan dagen die bij tijd en wijle met wat mist omgeven zijn.

Een maand die ons ook doet denken aan het leven en de dood van Jezus.

Pasen! Dat grote mysterie, die belofte: “Uit mijn dood ontstaat leven, echt leven.”

”Al ben ik straks dood, ik weet dat ik voortleef. Dat doet mij zo goed. Het maakt dat ik geniet van iedere dag die mij nog wordt gegeven”. Een tijdje geleden kreeg ik een schokkend bericht van een dierbare schoolvriendin van mij. We zien elkaar niet zo vaak, doch wel met enige regelmaat, en het bericht dat ze niet lang meer te leven had, heb ik totaal niet zien aankomen.

Plots werd ik met de neus op de feiten gedrukt. Hoe vergankelijk is een mensenleven. Hoe grillig. Na moed verzameld te hebben, maakte ik een afspraak met haar. Appjes zijn prachtig, doch nu niet van toepassing. Hier behoorde echt liefelijk contact.

Was het die stralende hemel, die maakte dat het een heerlijk uurtje werd? Of... haar eigen uitstraling? Haar laatste gift?

Hoewel de dood naderde, stond leven, diepzinnig leven nog hoog in haar vaandel.

“Nee, ik verloochen mijn dood niet, maar er is een onwrikbaar gegeven in mij. Het houdt niet met mijn dood op, ik leef door mijn

*Leef vandaag  
leef met passie  
diep, intens  
met een ongeremdheid  
verlies je niet in morgen*

*het heeft geen zin*

*al die verloren uren  
dat hunkeren  
naar het toen  
het mysterie van gister*

*ga niet voorbij  
leer te kijken  
naar klank, kleur  
zoveel lief  
ervaar het nu*

*leef vandaag  
worstel niet met morgen  
ontvang die stralende dag  
koester en omsluit haar  
verankerd in je hart.*

*Gerda Buis*

**In memoriam**

Dhr. W.P.A. Tolboom  
Dhr. C.B. Werkhoven

kunst, door mijn zijn, verder in jullie.  
Dat geeft troost, dat voelt goed, dat  
geeft mij kracht om nog te genieten  
van iedere dag“.

Ze had nog wel een wens. Pasen te  
halen. Symbool van leven, leven dat zij  
zo gekoesterd had.

Die wens deel ik met haar. Pasen...  
leven!

Dat leven dat ons in deze maand zo  
uitbundig toont.

Lieve mensen laten wij dat ook  
ongeremd doen. Leef vandaag!

**Zalig Pasen**





# PASEN

Pasen is het belangrijkste feest in het liturgische jaar, volgend op de goede week. We vieren de opstanding van Jezus, op de derde dag na zijn kruisiging. Dat is voor ons christenen heel duidelijk.

Pasen heeft zijn oorsprong in het Joodse Pesach. Drie dagen vóór de Joodse Pesach, waarin de uittocht uit Egypte werd gevierd was het traditie dat een veroordeelde misdadiger gratie kreeg en het volk mocht kiezen wie dat zou zijn.

Pontius Pilatus, de Romeinse gouverneur deed die bewuste vrijdag een laatste poging om veroordeling van Jezus te voorkomen en de misdadiger Barabas voor te dragen voor gratie, in de veronderstelling dat men dan voor Jezus zou kiezen, wat echter niet gebeurde.

*Maar wat hebben dan de paashaas, eieren en paasvuren, die in het oosten van ons land gebruikelijk zijn met Pasen te maken?*

*Het eten van paaseieren is van middeleeuwse oorsprong, maar een haas legt geen eieren. En de ontstaansgeschiedenis van de paasvuren lijkt helemaal onbekend.*

## Paaseieren

Toen het christendom zich vervolgens in de loop der eeuwen over Europa verspreidde, raakte het Paasfeest ook vermengd met een aantal heidense lentefeesten. Zo stamt de traditie van het paasei mogelijk af van de heidense overtuiging dat eieren symbool stonden voor de vruchtbaarheid en de geboorte van de lente. Onder andere in de Germaanse heilige-boom cultus was het gebruikelijk om de komst van de lente te vieren door eieren in de bomen te hangen. Er bestaat echter ook een meer praktische verklaring van de oorsprong van het paasei, die met name verband houdt met de

periode van het Vasten. In die weken was het namelijk voor christenen verboden om vlees en zuivel te eten, en door velen werden eieren ook als zuivelproduct beschouwd. Omdat de kippen echter niet stopten met broeden, had men aan het einde van het Vasten zo'n overschot, dat het al snel traditie werd om met het begin van Pasen hardgekookte eieren te eten.

In Griekenland kent men de traditie van het eitje-tikken. De eieren worden donkerrood geverfd, en zelfs de minister tikt in het openbaar eitjes met mensen van de krijgsmacht. Wie zijn ei heel houdt heeft gewonnen.

## **Paashaas**

Met de opkomst van het protestantisme in de 16e eeuw verdween in grote delen van Noord-Europa de traditie van het gezamenlijk vasten. Omdat vele Duitse protestanten hun kinderen echter niet het genot van de paaseieren wilden onthouden, bedachten zij de paashaas, die de eieren op paaszondag voor hen verstopte. Zeer waarschijnlijk heeft de keuze voor dit dier ook zijn oorsprong in het heidendom, aangezien de haas al sinds de oudheid vanwege zijn vruchtbaarheid symbool stond voor het begin van de lente.

## **Paasvuren**

De paasvuren zijn nog altijd drukbezocht. Over het algemeen is het een echt dorpsgebeuren. In Nederland worden de meeste paasvuren ontstoken in Drenthe, Overijssel en Gelderland. Verder komen in Friesland en in delen van Noord-Brabant veel traditionele paasvuren voor. Vaak wordt er al maanden voor Pasen begonnen met het verzamelen van snoei- en afvalhout om de paasbult of –stapel, die de basis vormt van het vuur, op te kunnen bouwen.

De Poaskearls (de paaskerels) van Ootmarsum (Twente) zijn katholieke vrijgezelle mannen van rond de twintig jaar. Op de eerste zondag van de Vasten beginnen zij met de voorbereidingen van het paasfeest. Ze benaderen twee geschikte kandidaten om Poaskearl te worden. Met Pasen zijn er altijd acht Poaskearls die herkenbaar zijn aan hun lange beige regenjas, zwarte broek en hoed. Men is maximaal vier jaar Poaskearl. Trouwen is er in die tijd niet bij, verkering mag.

Ten behoeve van het aanleggen van het paasvuur vragen de Poaskearls al aan het begin van de Vasten op vaste adressen om medewerking voor hout, stro en petroleum. Ze regelen ook de paaswei, waar de houtstapel gebouwd kan worden en het grote paasvuur op eerste paasdag ontstoken kan worden. Op Goede Vrijdag worden de twee nieuwe Poaskearls voorgesteld. Op Paaszaterdag kondigt de stadsomroeper om 12 uur 's middags het paasfeest aan, wordt hout gehaald en het paasvuur opgebouwd (*boaken*). Op Eerste Paasdag rond 17:00 uur komen de Poaskearls om hand in hand rondom de boaken lopen.

Het zogenoemde *vlöggeln* begint hiermee. Met de Poaskearls voorop trekt dan een lange slinger van mensen hand in hand al zingend door de straten van het stadje. De eerste, oudste Poaskearl rookt daarbij traditiegetrouw een sigaar. Aan het einde van de tocht worden de kinderen driemaal opgetild, waarbij telkens ‘hoera’ wordt geroepen. Dit optillen symboliseert de verrijzenis van Jezus Christus. Om 20:30 uur wordt het paasvuur door de Poaskearls aangestoken. Tweede Paasdag wordt het ritueel van de rondgang en het vlöggeln herhaald.

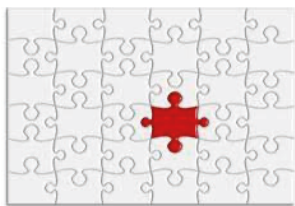
Het fenomeen Poaskearls bestaat al generaties lang in Ootmarsum. Er is geen algemeen geldende theorie over het ontstaan en de

betekenis van hun paasgebruiken. De lijsten met namen gaan terug tot 1900. Al in 1840 wordt het vloggeln genoemd in de bronnen. De oorsprong van het gebruik is duister. In 1895 vermeldt pastoor J. Geerdink dat er sedert onheuglijke tijden door oud en jong op Eerste en Tweede Paasdag ‘ge vleugeld’ wordt. <sup>1)</sup>)

De oudste vermelding van een paasvuur in Ootmarsum dateert van 1830. De huidige Paasweide is zeker als sinds 1863 voor het paasvuur in gebruik. In een transportakte uit dat jaar wordt bepaald dat het perceel is en blijft bezwaard met ‘de last verbonden aan de gebruikelijke Paascheesten’. Het paasvuur zorgt tegenwoordig voor een bijzondere sfeer en versterkt de sociale cohesie.

<sup>1)</sup>) Door corona echter niet in 2020/21 (red.)

### Legpuzzel-uitleen



T. 035-602 87 26

E. lame@xs4all.nl

*Op het aanbod van Ria Lamé werd al binnen een dag positief gereageerd, zelfs een aantal nieuwe puzzels werd aangeboden zodat Ria over een uitgebreide collectie mooie puzzels beschikt.*

*Doe er uw voordeel mee en neem contact op met Ria als u het leuk vindt ook een of meer van deze legpuzzels te maken. Ria brengt ze gratis bij u thuis en haalt later ook weer bij u op. Wat een service hè?*

### Wie zoekt wie

Wiezoektwie.nl is voor ‘mensen die mensen zoeken’. De site werkt met oproepjes die u zelf kunt plaatsen of beantwoorden. Nadat u bent aangemeld, kunt u op zoek naar die uit het oog verloren vriend of vriendin. Het kan even duren voordat een account is goedgekeurd. tot die tijd kunt u bladeren en zoeken in de oproepjes. die zijn onderverdeeld in personen, adoptie, reünie, stamboom, vermist en diversen. Zoeken werkt net als bij Google: als u zoekt op “Huis Ter Schie” dan krijgt u alleen de oproepen waarin deze woorden staan.



## Keuzes maken

Als dit Soester Venster bij u op de mat valt zijn de landelijke verkiezingen alweer achter de rug, bent u, al dan niet tevreden met de verkiezingsuitslag, en wacht u nu wellicht op het resultaat van de politieke onderhandelingen.

Heeft u zoals velen met u, uw stem uitgebracht dan heeft u een keuze moeten maken uit de ook dit keer bonte verzameling van partijen.

Misschien heeft u uit gewoonte op de voor u vertrouwde partij gestemd of heeft u de verschillende publicaties en reclamespotjes en de talkshows gevolgd.

Mogelijk ook heeft u zich laten leiden door de sympathie die u voelde voor de gekozen kandidaat of heeft u zich daadwerkelijk verdiept in het gevoerde beleid in de afgelopen kabinetsperiode, de partijprogramma's gelezen en de politieke debatten gevolgd.

Hoe dan ook, u heeft een keuze gemaakt.

Keuzes horen bij het leven en waarschijnlijk denkt u net als ik, dat we meestal rationele en weloverwogen keuzes maken en besluiten nemen.

Enigszins onthutsend vond ik daarom het resultaat van een onderzoek dat de bekende neuroloog Eric Scherder in zijn TV-programma 'Eric Scherder onderzoekt' op 4 maart liet zien. Daaruit bleek, dat wij in een split second onze voorkeuren bepalen en pas achteraf die feitelijk reeds genomen beslissing proberen te rationaliseren.

Onze eerste (visuele) indruk doet er dus toe en blijkt in veel gevallen bepalend voor onze definitieve keuze.

Het kan geen kwaad, lijkt mij, ons van dit proces bewust te zijn.

Immers, afgezien van de dagelijkse keuzes die we maken zoals: wat zal ik eten; aantrekken; wie bel ik op of ga ik op pad, worden wij als senioren ook geconfronteerd met ingrijpender keuzes.

Kan en wil ik nu ik wat ouder word in mijn huidige woning blijven wonen; welke behandeling wil ik nog als ik ziek word of mijn ziekte verergert; wie neem ik als vertrouwenspersoon voor als het niet meer gaat en wil ik wel of niet euthanasie als het levenseinde nadert en het mij te zwaar wordt?

Met deze vragen in het achterhoofd is het dunkt mij van belang na te gaan hoe onze besluitvorming tot stand komt en ons te realiseren dat onze beslissingen waarschijnlijk voor een groter deel worden bepaald door onze emoties dan wij zelf beseffen.

Dat ook onze relaties kennelijk op voornoemde manier worden bepaald lijkt mij verontrustend. Oordelen we werkelijk in een split second of we iemand aardig of betrouwbaar vinden? Ik hoop dat we er in slagen door die eerste indruk heen te kijken en te beseffen, dat ieder mens het waard is beter en zonder vooroordeel gekend te worden.

*John Biesart*

### **Wist u dat?**

- Het oog van een struisvogel groter is dan zijn hersens?
- Een zeester geen hersens heeft?
- IJsberen linkspotig zijn?
- Een vrouw gemiddeld 2 jaar van haar leven in de badkamer door brengt?
- Heet water sneller bevriest dan koud water?
- Donald Duck strips verboden waren in Finland, omdat hij geen broek draagt?
- De totale lengte van je bloedvaten wel 100.000 kilometer is?
- Vrijdag de 17e een ongeluksdag in Italië is?
- Dat mensen die jongleren grotere hersens hebben
- Dat mensen met rood haar minder pijn voelen?

## Boodschappen Bezorgen??

Voor bedrijf en particulier



Lukt het niet meer om zelf de boodschappen te doen of heeft u geen zin om iedere keer de deur uit te gaan?

Bel Harry Janmaat .....035-6012687  
Of bestel online: [www.harryjanmaat.nl](http://www.harryjanmaat.nl)

Wij brengen het bij u thuis of bij uw bedrijf!  
Altijd in de buurt!!

## BUURTSUPER HARRY JANMAAT

Wij bezorgen in Soest, Baarn, Soesterberg en Amersfoort

## BROUWER WIJNHANDEL - SLIJTERIJ PARTYSERVICE

Tuindorppweg 40B  
Maarn  
T. 0343 - 441358

[www.wijnhandel-slijterij.nl](http://www.wijnhandel-slijterij.nl)

Plein van Zuid 32  
Soest  
T. 035 - 6014014

### DE SLIJTERIJ voor:

- 🍷 (MALT) WHISKY'S
- 🍷 JENEVERS SPECIALITEITEN
- 🍷 RUIM ASSORTIMENT WIJNEN
- 🍷 PORT SPECIALITEITEN
- 🍷 SPECIAAL BIEREN



# Stomerij de Wetering

## Gewoon Goed!

Weteringpad 92-94  
3762 ES Soest  
T. 035-601 91 18

### Gedicht "Positief denken" van Toon Hermans

Ik wil vandaag eens lekker denken. Lekker denken positief.  
Niks te morren, niks te knorren, alle mensen heb ik lief.  
Geen seconde wil ik balen.  
't Wordt een vlekkeloze dag. Duizendmaal wil ik herhalen:  
Heerlijk dat ik leven mag!



Specialist in (elektrische) fietsen van:  
Gazelle, Koga, Batavus, Cortina en Trek.

Kom vrijblijvend langs en laat u informeren,  
de koffie staat klaar!

Openingstijden:  
Dinsdag t/m vrijdag: 09.00 - 18.00 uur  
Vrijdagavond koopavond  
Zaterdag: 09.00 - 17.00 uur

Gallenkamp Pelsweg 1  
035-6012857

3768 HT Soest - Zuid  
[www.jaccodebruin.nl](http://www.jaccodebruin.nl)

**VAN** SINCE  
1926  
**DORRE**  
**STEYN**

**VANDORRESTEYN.COM**  
Schoenen | Accessoires

Van Weestraat 44

3761 CE Soest

035 601 81 09

## Soest in Beeld

door: René van Hal

*In deze rubriek in het Soester Venster belichten we telkens een pand of persoon uit Soest met een bijzondere historie.*



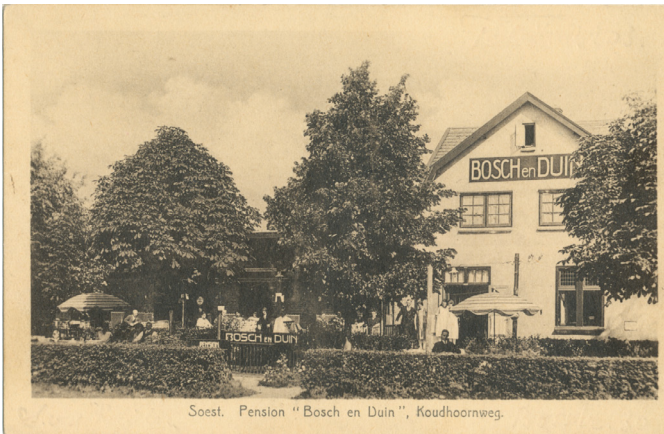
### **BOSSTRAAT, DS J.J. BOS**

Wanneer je nieuw bent in Soest en vanuit station Soest-Zuid de huidige Bosstraat in loopt achter de NS-fietsenstalling, dan zal je niet direct een associatie leggen met ds Jacobus Johannes Bos (1817-1913) waarnaar deze straat sinds 24 juni 1931 vernoemd is.

Je zult eerder denken dat het om een weg naar of door het bos gaat, zoals in Soest bijvoorbeeld ook de Heideweg daaraan zijn naam ontleent.

Voordat deze straat naar dominee Bos werd vernoemd heette deze weg de Koudhoornweg, vernoemd naar Boerderij Koudhoorn die aan het eind van deze weg lag en waarnaar een deel van het gebied werd vernoemd. Daarbij wil ik ook nog opmerken dat de aanpassing van de naam in 2 fasen is gebeurd, eerst het deel tussen Nieuweweg en Den Bliklaan en daarna de verbinding Den Bliklaan met de Wieksloterweg OZ (eerder ook Verlengde Bosstraat geheten) met daaraan Hotel Pension Bos en Duin en de sportvelden. Deze zijn vanaf het begin van de vorige eeuw hier aangelegd en hebben steeds meer ruimte ingenomen omdat ook verschillende sportverenigingen hiernaar toe werden verplaatst vanuit andere complexen in Soest.

Dominee Bos is in 1847 benoemd als predikant van de Nederlandse Hervormde Gemeente met de Oude Kerk. Hij heeft tot 1892 toen hij met emeritaat ging gewoond in de Pastorie aan de Kerkstraat nummer 15, welke eerder in deze rubriek is beschreven. Hij was hier predikant op het moment dat de gereformeerden in Nederland zich gingen afscheiden van de Nederlands Hervormde Kerk (de zgn. Doleantie).



Naast predikant was hij ook zeer geïnteresseerd in de Soester geschiedenis. Daar besteedde hij nogal wat tijd aan. Dat werd hem niet door iedereen in

dank afgenomen omdat dit volgens de gemeenteleden ten koste ging van de interesse in de kerkleer. Die specifieke aandacht naast de kerkleer is ook van andere dominees, verbonden aan de Oude Kerk bekend, zoals ds Van Schaik die veel met Rinke Tolman de natuur introk en daarover schreef.

Dominee Bos heeft zeker na zijn emeritaat veel verhalen over de geschiedenis van Soest tot 1900 aan het papier toevertrouwd. Deze zijn inmiddels gedigitaliseerd en beschikbaar op de site van de Historische Vereniging Soest/Soesterberg. Nadat hij met emeritaat ging is hij trouwens verhuisd naar Amersfoort (de nieuw beroepen



dominee Brands ging in de pastorie wonen), maar is in 1913 wel begraven op het kerkhof naast de Oude Kerk.

### **Literatuur:**

- De straat waarin wij wonen; geschiedenis en verklaring van de straatnamen in Soest, geschreven door B.J. van Os; 1985.
- Archief Historische Vereniging Soest/Soesterberg.

*Correctie: Op de foto op pag. 17 van het vorige nummer is een cijfer weggefallen. Het juiste jaartal is 2021.*

## **Stap voor stap naar een gezonde levensstijl**

*We weten het allemaal: meer bewegen, gezonder eten, beter slapen en voldoende ontspannen hebben invloed op uw gezondheid. En nee, dit hoeft helemaal niet ingewikkeld of tijdrovend te zijn. Maak kennis met Actify, de persoonlijke digitale coach van Zilveren Kruis.*

Wist u dat 9 op de 10 Nederlanders niet genoeg groenten en fruit eet? En dat de gemiddelde Nederlander moeite heeft met 5.000 stappen per dag? U begrijpt dat de bekende 10.000 stappen dan helemaal niet lukken. Genoeg reden om aan de slag te gaan met uw gezondheid via Actify, de handige app van Zilveren Kruis.

### **Nieuwe gewoontes**

De Actify- app helpt u in kleine stappen naar een gezondere leefstijl en coacht u met praktische tips, lekkere recepten, een stappenteller, inspiratie en meditaties. U kiest wat bij u past. Met de app plant u gemakkelijk al uw activiteiten. Download de

Actify- app en ga aan de slag. Met de Actify- Vitaliteitscoach is het geen grote opdracht om aan uw gezondheid te werken. De app herhaalt en motiveert u om te wennen aan nieuwe gewoontes, zodat het een onderdeel wordt van uw dagelijkse leven. En u hoeft er niet voor naar de sportschool of

andere ingewikkelde dingen te doen. De app is helemaal gratis.

### **Fitter worden**

De Actify Vitaliteitscoach bestaat uit verschillende series die bij uw gezondheid passen. Wilt u eindelijk werk maken van die 10.000 stappen per dag? Kies dan 'Fit in 10 weken', dat is fit zijn zonder sportschool. Fit zijn betekent lekker in je vel zitten. Hier hoeft u geen sporter voor te zijn. In deze minicursus leert u meer bewegen en fitter worden op een tempo dat bij u past en makkelijker vol te houden is. Met kleine opdrachten die eenvoudig zijn uit te voeren. Zo wordt meer bewegen automatisch een gewoonte.

### **Meer fruit eten**

Wilt u gezonder eten? Open dan de app 'Eet voldoende fruit deel 1'. Elke dag 200 gram fruit eten helpt uw bloeddruk te verlagen en uw lijf gezond te houden. Daarnaast helpt het de drang naar snoepen te verminderen en heeft het andere voordelen. Met deze serie begint u klein, houdt u het leuk en lekker. Heeft u deze serie voltooid dan kunt u over naar deel 2 of beginnen met de serie 'Meer groente eten'.

### **Meer ontspanning**

Zoekt u meer ontspanning, dan is de 'Uw mindset in balans challenge' leuk om te doen.

In deze serie van 7 dagen, krijgt u handige tips en opdrachten om extra aandacht te geven aan uw mentale fitheid.

Leer handige manieren om beter te focussen en uw creativiteit en concentratie te bevorderen.

En meer grip krijgen op emoties.

Probeer ook kosteloos mindfulness sessies, ademhalingen en ontspanningsoefeningen.

### **Beter slapen**

Wilt u graag beter slapen?

Ontdek dan op Actify hoe ontspanning, structuur en gezond ritme u op weg kan helpen naar zorgeloze nachten. Na deze minicursus bent u beter voorbereid op de nacht. U heeft meer inzicht in de kwaliteit van uw slaaproutine en creëert meer rust en ruimte in uw dag. Ook leert u met audio sessies van meditatie specialist Tijn Touber beter te ontspannen.

Neem de tijd en ontdek welke mini's bij u en uw leven passen. Zo houdt u nieuwe gezonde gewoontes het best in stand. Herhaling helpt u met volhouden.



## **Uitje van de maand**

Hoe heerlijk om er op een zonnige apriildag op uit te trekken.

Lekker de buitenlucht in. Nee... niet eens zo ver.

We gaan naar Baarn. Het Cantonpark.

Dat is recent geheel gerestaureerd.

Volgens de voorzitter, mevrouw Angelique Bosch van Drakensteyn nu zeer de moeite waard om er een bezoek te brengen.

Het Cantonpark is indertijd ontworpen door de steenrijke zakenman August Jansen.

Wat is er nu te zien? Onder andere de hardstenen zuilengang, die vroeger dienst deed als theeprieel.

Blikvanger: de Chinese Mammoetboom.

De Botanische kas.

Cupido die in zijn volle glorie straalt.

Het prachtig vernieuwde toegangshek.

Kortom: Cantonpark is een echt lusthof geworden.

Wandel ze!

*Gerda Buis*



Zoekertje

Dag mensen,

Mijn naam is Annema, sinds mijn geboorte ben ik blind.

Ik ben lid van Passend Lezen, de blindenbibliotheek, maar helaas hebben zij lang niet alles wat ik graag zou willen lezen.

*Nu ben ik op zoek naar vrijwilligers die lid zijn van de bibliotheek en die bereid zijn voor mij boeken in te lezen.*

Vroeger gebeurde dit op cassettes, tegenwoordig kunnen er ook opnames met de computer of smartphone worden gemaakt en de geluidsbestanden kunnen bijv. via dropbox worden gedeeld.

Ik heb een brede smaak: waargebeurde verhalen, informatieve boeken, etc. etc.

Inmiddels heb ik al een hele lijst met titels die Passend Lezen niet in de collectie heeft.

Vroeger had ik een circuit met voorlezers, maar die zijn inmiddels uit mijn leven verdwenen.

Zo kwam ik op het idee dit oproepje te plaatsen.

Voor meer informatie ben ik bereikbaar via email:

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

T. 06-83 90 49 58

Ik kijk uit naar reacties!

Ook als iemand dit eenmalig wil doen, ben ik daar al dolblij mee!

Hartelijke groet,

*Annema Raven uit Soest*



## hans nota optiek

Van Weedestraat 87  
3761 CD Soest

Tel. 035-6017120  
info@hansnotaoptiek.nl  
www.hansnotaoptiek.nl

## //Michel Rietveld\\ //Woning inrichting\\

Soesterbergsestraat 4  
3768 EH Soest  
Tel: 035 - 52 38 324  
Mob: 06 - 557 56 096

Openingstijden:  
dinsdag - donderdag  
10.00 tot 18.00 uur  
vrijdag 10.00 tot 18.00 uur  
19.00 tot 21.00 uur  
zaterdag 10.00 tot 17.00 uur



**colourprint**  
makers van communicatie

**Gedrukt en wel!**  
colourprint.nl



**EETVILLA**  
VAN DEN BRINK

**Culinaire ontmoetingsplek voor  
Borrel | Lunch | Diner en Vergaderingen**

Soesterbergsestraat 122 | 3768 EL Soest | T 035 601 27 06 | dagelijks geopend

eetvilla.nl f

## **Gebruikt u teveel zout?**

Bent u zo iemand, die altijd teveel zout over de maaltijd strooit?

Dan weet u waarschijnlijk wel dat u teveel zout eet.

Zout zit echter in veel alledaagse producten verstopt zoals brood, vleeswaren en kaas. Alles wat u daar nog extra overheen strooit is dus eigenlijk teveel. Nu mag u best weleens genieten van een patatje of pizza, maar het is wel handig om aan bepaalde symptomen te herkennen of u op uw zoutinname moet letten. In principe kunt u ervan uitgaan dat alle door de mens gemaakte producten zout bevatten. Als het uit een blik komt, voorverpakt is of ingevroren is, dan moet er een belletje gaan rinkelen. Voordat u paniek krijgt, zijn onderstaand de signalen dat u wat rustiger aan moet gaan doen met zout.

### **U bent erg dorstig**

Zout hebben we nodig om het water in ons lichaam in balans te houden. Wanneer u dorst heeft, vertelt uw lichaam u dat er niet genoeg water is om het natrium in uw systeem te ondersteunen. De hoeveelheid zout per hoeveelheid water moet gelijk blijven. Eet u dus een bak zoute chips dan is het logisch dat u daarna heel erg dorstig wordt.

### **U heeft ineens hoofdpijn**

Heeft u ineens gigantische hoofdpijn? Ga dan eens na wat u als laatste gegeten heeft. Bij een overschot aan zout kunnen de bloedvaten in je hersenen gaan uitzetten en dat kan hoofdpijn geven.

### **Uw eten heeft minder smaak**

Zout werkt verslavend, dus hoe meer zout u over uw eten strooit, hoe zouter het eten moet zijn wil je het smaakvol vinden.

Wilt u minder zout eten, dan zult u moeten gaan afbouwen en uw smaakpapillen laten wennen aan neutrale voeding.





## Ode aan de rollator

Ik woon in een rollatorwijk dat wil ik hier wel uiten want als ik om mij heen zo kijk zie ik er heel veel buiten.

Ik heb er zelf ook zo een, wilde er eerst niet aan maar ja je wordt wat slecht ter been en zie mij nu eens gaan.

Ik hou van mijn rollator hij is mijn beste vriend en grote stimulator een die mij altijd dient.

Hij is een bijdehandje nee beslist geen oen, hij heeft zelfs een mandje om boodschappen in te doen.

*Gedicht van Theo Olierook*



# KUNSTGEBIT SOEST

T A N D P R O T H E T I S C H E P R A K T I J K

***Wij zorgen voor een passende oplossing,  
voor U op maat gemaakt!***

BURG. GROTHESTRAAT 11A • 3761 CJ SOEST

WWW.KUNSTGEBITSOEST.NL • INFO@KUNSTGEBITSOEST.NL

035 - 888 42 02

## **Catering Centraal**

*Catering Centraal voor al uw feesten en  
partijen, van kleine tot hele grote!*

Birkstraat 7, 3768 HB Soest  
info@cateringcentraal.nl / 035 6033333

***cateringcentraal.nl***



## **PediPlus**

Pediplus is een ketenzorggroep van enthousiaste pedicures in Soest en Baarn die alle soorten voeten behandelt, gespecialiseerd in diabetes en reuma.

Goede samenwerking met podotherapeut en huisarts.

Een pedicure bij u in de buurt ?  
Kijk dan op onze website

**[www.pediplussoest.nl](http://www.pediplussoest.nl)**

Aangesloten bij ProVoet en  
KwaliteitsRegister voor Pedicure

## **▲ Bertjan van der ▲ Heijden Brood en banket**

**Tamboerijn 5 Winkelcentrum Overhees**

**Telnr 0356023040 email: Bertjanvdheijden@Gmail.com**

*Zoekt u iemand die u vergezelt of voor een leuk contact?  
Meld u dan bij de redactie van het Soester Venster  
[redactiesvkbo@icloud.com](mailto:redactiesvkbo@icloud.com)  
T. 035-602 87 26*

|              |   |   |   |              |   |   |   |              |
|--------------|---|---|---|--------------|---|---|---|--------------|
|              | 2 | 7 | 9 |              |   |   |   | 4            |
| 4            |   | 1 | 2 | <sup>A</sup> |   |   |   |              |
|              |   |   |   |              |   |   | 6 | <sup>B</sup> |
|              |   |   |   | 2            | 4 | 3 |   |              |
|              |   |   | 8 | 6            |   | 4 | 7 |              |
| <sup>C</sup> |   | 6 |   |              |   |   |   |              |
| 1            |   | 5 |   |              | 9 |   |   |              |
| 2            |   | 9 | 4 |              | 1 | 6 |   | 8            |
| 6            |   | 4 |   | <sup>D</sup> |   |   | 9 |              |

|              |              |              |              |
|--------------|--------------|--------------|--------------|
| <sup>A</sup> | <sup>B</sup> | <sup>C</sup> | <sup>D</sup> |
|              |              |              |              |

## REBUS

 n=l h+ i=t  h=g+e u+ -ge h+ i=t  
 -iefd+e+  -d h+ i=t  -l+ -r u+ -ge  
h+ i= t h+ -i+d+.

PANNENKOEKEN BOERDERIJ



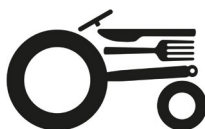
***De Wildenburg***  
**BAARN**

Wildenburglaan 9, Baarn

Tel.: 035-542 92 25

[www.dewildenburg.nl](http://www.dewildenburg.nl)

[info@dewildenburg.nl](mailto:info@dewildenburg.nl)



**Bob's  
Bloemen b.v.**

v/h Geytenbeek



Burg. Grothestraat 2A  
3761 CM Soest  
Telefoon 035-60 126 32

**WASIEL STEITNER**

UW interieurspecialist

**COLORS**

**@HOME**

Soest, Lange Brinkweg 38, 035 601 96 00

**Projectstofferend**

- Desso
- Forbo
- Interfloor
- Karpotten 50 % korting
- Belakos

Ook! Matrassen, Kussens, Boxsprings,  
Beddengoed en Senioren Ledikanten

[www.wasiel-steinert.nl](http://www.wasiel-steinert.nl)

## **Een gewaarschuwd mens**

*Heeft u hulp nodig van de wijkverpleging informeer dan vooraf of de betreffende organisatie een contract heeft afgesloten bij uw zorgverzekering.*

Het kan voorkomen dat u door uw huisarts of het ziekenhuis voor hulp wordt doorverwezen naar de wijkverpleging en dat u er daarbij vanuit gaat dat de betreffende kosten worden vergoed door uw basisverzekering.

In principe is dat ook zo maar helaas blijkt in de praktijk dat sommige hulporganisaties géén contract hebben afgesloten met uw zorgverzekering. U loopt in dat geval het risico achteraf te worden geconfronteerd met een onverwachte rekening.

Het is daarom aan te raden altijd vooraf even te informeren of de uitvoerende organisatie een contract heeft afgesloten met de verzekeringsmaatschappij waarbij u uw zorgverzekering heeft afgesloten. Zo voorkomt u problemen achteraf.

*Ria Roelants*

## **Verrassing van de maand april**

Mw. J.H. Lieverse-van Breukelen



In verband met corona worden de bloemen mogelijk aan de deur afgegeven.



Ria Roelants is onze Vrijwillige Ouderenadviseur (VOA). Heeft u vragen of heeft u hulp nodig, schroom niet en neem gerust contact met haar op.

Ria is bereikbaar op werkdagen van 10.00 - 17.00 uur.  
T. 035-887 85 63.

## Nuttige telefoonnummers

### Stichting Welzijn Ouderen (SWOS)

(werkdagen 8.30 - 13.30u)

035-602 36 81

Via de ontmoetingscentra De Klarinet, Klaarwater en OC Soesterberg biedt de SWOS een uitgebreid pakket activiteiten aan, daarnaast kunt u bij de SWOS terecht voor advies op diverse voor senioren relevante terreinen. Klusjesdienst / lotgenoten-groepen mantelzorgers dementie.

### Hulpdienst Soesterberg

035-609 00 14

(werkdagen 8.30 - 13.30u)

Voor onder andere vervoer per auto naar een van de ziekenhuizen in de regio, de huisarts, fysiotherapeut of kapper en kleine hand- en spandiensten in huis of tuin. Ook kleine computerproblemen kunnen worden opgelost.

E.mail: [hulpdienstsoesterberg@gmail.com](mailto:hulpdienstsoesterberg@gmail.com)

### Seniorenbus (werkdagen van 9.00 - 17.00u)

035-601 91 90

### Maaltijdvoorziening

E-mail: [maaltijden@swos.nl](mailto:maaltijden@swos.nl)

035-588 53 88

[www.swos.nl](http://www.swos.nl)

### Personenalarmering

SWOS

035-602 36 81

Seniorenalarm

[www.seniorenalarm.eu](http://www.seniorenalarm.eu)

0228-59 66 40

Veilig op stap

[www.veiligopstap.nl](http://www.veiligopstap.nl)

088-556 33 55

Stichting ATA

[www.lyvore.nl](http://www.lyvore.nl)

088-356 00 00

FocusCura

[www.focuscura.com](http://www.focuscura.com)

030-692 70 50

### Zorgloket WMO

035-609 31 55

WMO meldpunt (dinsdag en vrijdag 10.00 - 12.00u)

035-602 36 81

### Keuringsartsen voor rijbewijzen

Rijbewijskeuringsarts, 2 x per maand in Flexplek Soest,  
Oostergracht 13 -15 Afspraak: [www.rijbewijskeuringsarts.nl](http://www.rijbewijskeuringsarts.nl)  
€ 50 Leden Ouderenbond krijgen € 7,50 korting

036-720 09 11

R. Kaarsgaren, Wijk Service Punt De Clomp 19-04, Zeist  
(Zeist-West) bellen voor afspraak dinsdag en vrijdag.

06-28 70 10 55

Keuringen op vrijdagmiddag en zaterdagochtend. Kosten € 50.

Dhr. Windgassen, De Leuning, Baarn [rijbewijskeuringen.info.nl](http://rijbewijskeuringen.info.nl)

085-065 00 05

*Oplossing sudoku: 3235*

*Oplossing rebus: Haal het goede uit het verleden en het beste uit het heden.*





## KBO Soest-Soesterberg-Baarn

### Bankrekening Algemeen en contributie:

NL73 RABO 0379 900 599 t.n.v.  
KBO Soest-Soesterberg-Baarn

### Betaling reizen:

NL71 RABO 0359 9782 90 t.n.v.  
KBO Soest-Soesterberg-Baarn,  
REIZEN

## Bestuur KBO SSB

### Voorzitter

Vacant

### Vice-voorzitter

Frits van Wesemael  
ggmvanwesemael@hetnet.nl  
035-601 84 16

### Secretaris

Anton den Ouden  
kbossb@xs4all.nl  
0346-35 35 65

### Penningmeester

Wim van Ruth  
van.ruth@kpnmail.nl  
035-601 70 97

### Bestuurslid

- Betsy Seure  
ecm.seure@ziggo.nl  
06-29 23 48 78  
- John Biesaat  
jbiesaat@icloud.com  
035-888 36 57

### Aspirant bestuurslid

- Ria Lamé  
lame@xs4all.nl  
035-602 87 26  
- Paul Sparnaaij  
gon.paul@kpnmail.nl

## KBO Werkgroepen

### Belastinghulp

Henk Kok  
henkkok1950@gmail.com 06-51 89 38 85

### COSBO

- Frits van Wesemael  
ggmvanwesemael@hetnet.nl 035-601 84 16  
- Paul Sparnaaij  
gon.paul@kpnmail.nl

### Evenementen

Ria Lamé  
lame@xs4all.nl 035-602 87 26

### Lief en Leed

- Gusta Borgts  
gborgts@planet.nl 035-601 38 48  
- Corry Smeele  
cj.smeele@casema.nl 035-602 29 69

### KBO-Soos

- Winnie Schuin, bridgen  
winnie.schuin@hotmail.com 06-44 43 87 67  
- Tiny van Schoonhorst,  
klaverjassen  
tinyvanschoonhorst@gmail.nl 06-34 52 47 27

### Ledenadministratie

Anton Simonis  
antonsimonis@casema.nl 035-601 99 20

### Liturgie

Joke van den Breemer  
jokevdbreemer@hotmail.com 035-602 02 06

### Ouderenadviseur

Ria Roelants  
riaroelants@live.nl 035-887 85 63

### Reizen

- Betsy Seure  
ecm.seure@ziggo.nl 035-531 01 29  
- Tonny Hilhorst  
tonnyhilhorst@hotmail.com 035-602 57 03

### Verspreiding SV

- Gon Sparnaaij  
gon.paul@kpnmail.nl 035-601 06 23  
- Marieke Verkley  
06-11 72 35 53

### Website

www.kbosoest.nl  
Webmaster: Paul Sparnaaij  
gon.paul@kpnmail.nl 035-601 06 2



**Smorenborg**  
uitvaartverzorging

Afscheid naar wens sinds 1938



- Elke wens is bespreekbaar
- Nauwe betrokkenheid
- Ook als u verzekerd bent
- Complete ontzorging

**Wij zijn dag en nacht persoonlijk bereikbaar  
voor advies en hulp:**

Soest ● 035 - 601 30 86

Soesterberg ● 0346 - 351 223

**[www.smorenborguitvaart.nl](http://www.smorenborguitvaart.nl)**



# KASTEEL GROENEVELD

## BAARN

Exposities | Landgoed |  
Xylotheek | Wandelen |  
Kinderactiviteiten |  
Ijskelder | Grandcafé |  
Privébijeenkomsten