

Alverna 50+

Nummer 9 -oktober 2024

Hier
kan ook
uw foto
staan!

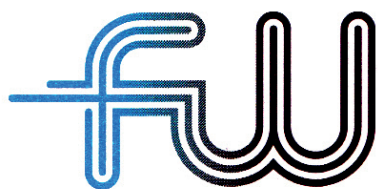


Magazine voor senioren

Cover door: Diny Paddenburg



ventimon
installeert



**Fysiotherapie
Wijchen**

Vijverlaan 26
6602 CX Wijchen

T 024 641.76.63
E info@fysiotherapiewijchen.nl
I www.fysiotherapiewijchen.nl

Alverna 50 +

Informatiemagazine van de KBO Alverna

Nummer 9 Jaargang 2024

Secretariaat: Heumenseweg 83 G
6603 KT Alverna. Tel. 06 30013039

E-mail: info@kbo-alverna.nl

Website: www.kbo-alverna.nl

Het bestuur:

Voorzitter: Jan Weijers Tel. 06-83369232

Leostraat 30, 6603 EB Alverna

Secretaris: Thea Walraven Tel. 06-30013039

Heumenseweg 83 G, 6603 KT Alverna

Penningmeester: Hans Peperkamp Tel. 06-12980426

Wintertaling 11, 6601 DZ Wijchen

Bestuurslid: Hennie van Dinteren Tel. 06-10378780

Bernardusstraat 3, 6603 DM Alverna

Bestuurslid: Betty van de Ven Tel. 06-27568340

Nieuweweg 75 6603 BK Wijchen

Redactie: Jan Weijers (redactie@kbo-alverna.nl)

Rekeningnr. KBO Alverna: IBAN NL15 RABO 0158 6794 66

Contactpersonen:

Tekenen: Wil van Thiel Tel. 024-6416620

Bloemschikken: Betty van de Ven Tel. 06-27568340

Lief en Leed: Betty van de Ven Tel. 06-27568340

Biljarten: Ger Schuurs Tel. 024-6413570

Magazinedistributie: Wil Wieringa Tel. 06-28570185

Telefoonnummer Oase: 024 – 64 191 98

Kopij voor het volgende nummer aanleveren vóór 16 oktober 2024

Voorwoord

De vakantieperiode is voorbij en de herfst is alweer begonnen. De bladeren aan de bomen beginnen langzaam te verkleuren. Toch kunnen we nog heerlijk genieten van mooie zonnige dagen. We hebben een zomer gehad met extreme warme dagen, maar ook dagen dat we heerlijk konden wandelen en fietsen. Omdat de Oase niet gesloten is geweest hebben onze leden veel gebruik gemaakt van de activiteiten op dinsdagmiddag.

Inmiddels is de biljart competitie alweer gestart. Er staan nog veel mooie activiteiten in de planning, zoals het jaarfeest in oktober, een filmmiddag en natuurlijk ook onze maandelijkse fiets- en dansmiddagen. Half oktober starten we ook weer met bloemschikken. Voor de resterende activiteiten zie verder in dit magazine.

Betty v.d. Ven.

Nieuwe leden

Rinie Lieskamp

Willy Akkerman-de Croon

Diny de Wild-Barten

Ben Janssen

Tanja Karsdorp

Rob van Montfoort

Annemarie van Montfoort

Mieke Straten- de Groot

Riek Janssen-Maquiné

Voor een correcte administratie zou het fijn zijn als een overlijden of verhuizing wordt doorgegeven aan het secretariaat van KBO-Alverna.

Resterende activiteiten 2024

Donderdag	3 oktober	Jaarfeest
Woensdag	9 oktober	Fietsen 1/1 dag
Donderdag	10 oktober	Dansmiddag
Donderdag	24 oktober	Filmmiddag
Donderdag	7 november	Themamiddag
Woensdag	13 november	Fietsen 1/2 dag
Donderdag	14 november	Dansmiddag
Vrijdag	29 november	Muziekmiddag/sinterklaas
Woensdag	11 december	Fietsen 1/2 dag
Donderdag	12 december	Dansmiddag
Zondag	15 december	Kerstviering

Vaste activiteiten (in de Oase)

Activiteit: Tekenen/schilderen, breien, haken poppen maken, of anderszins creatief bezig zijn.

Wanneer: Dinsdag van 13:30 tot 16:30

Voor: Leden KBO Alverna

Activiteit: Vrij biljarten of competitie

Wanneer: Dinsdag, donderdag en vrijdag van 13:15 tot 16:00

Voor: Leden biljartvereniging (info Ger Schuurs 024-6413570)

Activiteit: Kaarten

Wanneer: Dinsdag en vrijdag van 13:30 tot 16:30

Voor: Leden KBO Alverna

Elke maandagmorgen wandelen om 9.30 uur.

Start hoek Groenewoudeseweg/Eliasstraat op Alverna

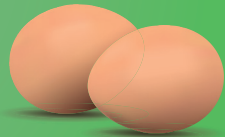
info@kbo-alverna.nl

BOERDERIJ AUTOMAAT WALBROEK

geniet van onze verse streekproducten.
Makkelijk te koop uit onze automaat!



- Vrijland eieren
- Aardappels
- Aardbeien
- Kersen
- Appels
- Pruimen
- Asperges
- Peren



📍 Heumenseweg 83a 6603 KT Alverna

HET ADRES VOOR

- Natuurvoeding (superfoods & rawfoods)
- Dieetvoeding (glutenvrij, suikervrij, zoutarm)
- Homeopathie
- Vitamines, Mineralen en Voedings-supplementen
- Natuurlijke Cosmetica en Lichaamsverzorging
- Sportvoeding en Supplementen
- Therapeuten
(bio resonantie - orthomoleculair)
- Schoonheidssalon | Pedicure | Voetreflex



Uw G&W gezondheidswinkel
van Maas en Waal.



Koffiemoment nieuwe leden

In 2023 hebben we als bestuur “Koffiemoment met nieuwe leden” in het leven geroepen wat succesvol is ervaren. Daarom willen we hier mee verder gaan. Tijdens deze bijeenkomst kunnen de nieuwe leden onder het genot van een kopje koffie of thee kennis maken met elkaar en met de bestuursleden. Het bestuur kan dan de nodige informatie geven over wat de vereniging allemaal te bieden heeft en er is de gelegenheid om vragen te stellen.

Op dinsdagmiddag 6 augustus hadden we zo'n bijeenkomst waar 15 van de 38 nieuwe leden, van het afgelopen half jaar, bij aanwezig waren. 10 leden hadden zich afgemeld. Na afloop konden ze nog een kijkje nemen in de grote zaal waar de wekelijkse soosmiddag is. Dan wordt er gebiljart, gekaart, rummikub, tekenen/schilderen en op allerlei manieren creatief bezig zijn.

Thea Walraven



Een “Jan de Wind” gemaakt van een omgevallen boom.

Foto van Trudy Graat

Gymnastiek- en turnvereniging
"De Leleaart"

Op een ontspannende manier "inspannend" bezig zijn.
Je eigen tempo en gezellig samen zijn?

Locatie : gymzaal de Suikerberg, Suikerbergseweg 2
(naast SV Woezik en Paschalisschool)

Maandag	senioren heren vanaf ca. 65 jaar	20.15uur – 21.45uur
Dinsdag	senioren gemengd vanaf ca. 70 jaar	19.30uur – 20.30uur
Woensdag	senioren dames vanaf ca. 60 jaar	19.45uur – 20.45uur

Kom eens vrijblijvend een kijkje nemen

Reminder !!!

Op 9 oktober 2024 gaan we met een volle bus richting Breda,
Chasse Theater voor de musical de Hospita.

Vertrek : 17.45 uur vanaf kerkplein Alverna.

Zorg dat je op tijd bent !!



ZO OP HET OOG

Hoe het met mij gaat ????

Met mij is totaal niets aan de hand
Ik ben nog fit van lijf en verstand
Wel wat artrose in mijn heup en in mijn knie,
als ik buk is het net alsof ik sterretjes zie.
Mijn pols iets te snel, mijn bloeddruk wat te hoog
Maar ik ben fantastisch goed, zo op het oog

Met de steunzolen die ik net heb gekregen,
Loop ik geweldig langs 's herenwegen.
Ik kom in de winkels en weer op het plein,
wat is het heerlijk om gezond te zijn!!
Wel gebruik ik een tabletje om in slaap te komen
en om over vroeger te kunnen dromen.
Mijn geheugen is niet meer wat het was;
vaak ben ik vergeten wat ik gisteren las.
Ook heb ik wat last van mijn ogen
en raakt mijn rug ook steeds meer gebogen.
Mijn adem is wat korter, mijn keel vaak erg droog
maar ik ben fantastisch goed, zo op het oog.

Het leven is mooi, maar gaat snel voorbij.
Vooral als ik kijk naar vroegere foto's van mij
Dan denk ik terug aan mijn jeugdige jaren,
Wilde ik een mooie jas, dan moest ik lang sparen.
Ik ging fietsen en wandelen overal heen
en kende geen moeheid naar het scheen.
Nu ik ouder word draag ik vaak blauw, grijs of zwart
en loop ik heel langzaam vanwege mijn hart.
Doe het maar op je gemak, zei de cardioloog,
U bent nog fantastisch goed, zo op het oog.

De ouderdom is goud, ja ik begrijp het wel.
Maar als ik niet slapen kan en tot honderd tel,
dan twijfel ik en denk ik of het wel waar is
en of dat beeld van goud niet een beetje raar is.
Mijn tanden liggen in een glas,
Mijn bril op tafel, gehoorapparaat in mijn tas.
De steunzolen naast mijn bed op een stoel
Ik weet nu wat ik met die twijfel bedoel!!
Trek niets in twijfel zei de pedagoog
Want u bent nog fantastisch goed, zo op het oog.

'sMorgens als ik ben opgestaan
en eerst de afwas heb gedaan,
Lees ik het laatste nieuws in de krant
want ik wil blijven en naderhand
doe ik alles, geef de planten water
en..... de kamer doe ik later
Wel gaat alles nu wat traag
En ik heb na het eten wat last van mijn maag;
Heel normaal op de oude dag "aanvaard het rustig" zei de
psycholoog
U bent nog fantastisch..... Zo op het oog

Odette Delhij



DriessenMakelaardij

Al 40 jaar uw huismakelaar

Kasteellaan 23, Wijchen 024-6490100
St. Annastraat 18, Nijmegen 024-3607055
www.driessenmakelaardij.nl

Pedicure bij Heidi

Wilt u de voeten goed verzorgd hebben?

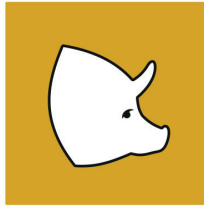
Maakt u dan een afspraak voor een pedicurebehandeling bij

Pedicure bij Heidi

telefoonnummer: 06-37301992

Heidi Lefering
Agnesstraat 27 Alverna
Visage.wijchen@gmail.com

ProVoet
Branchorganisatie
voor de Pedicure



POELIER SLAGERIJ VAN DEN HEUVEL

Touwslagersbaan 25
6602 AJ - Wijchen
Tel. (024)6451740
Email. wijchen@cvandenheuvel.nl

Hoofschestraat 9
5361 ET - Grave
Tel. (0486)473487
Email. grave@cvandenheuvel.nl



Geitweg 4 - Alverna
M 06 - 25 29 87 75
E info@bijde3linden.nl
I www.bijde3linden.nl

Voeg ons!

Boerderij
Mini-Camping
Bed & Breakfast
Groepsaccommodatie

[f](#) [t](#)



www.bijde3linden.nl



AUTO MEGENS



CARPROF

Garage voor alle merken

Nieuweweg 76, Wijchen
024 64 20 200




24
MAANDEN
GARANTIE

op reparaties
en arbeidsloon

Een leuke foto van Petry van den Heuvel al wandelend met haar kleinkind die opmerkelijk in de kinderwagen ligt....



Vakantie foto van Coline en Roel van Es gemaakt in Rome.

Herinnering

Filmmiddag donderdag 24 oktober

“Donker Keent” is een spannende en meeslepende voorstelling die zich afspeelt ten tijde van de Tweede Wereldoorlog in en rondom Keent. Het laat de rol zien van vliegveld Keent; toen bekend onder de naam Airstrip B-82 Grave. Ook geeft het de boodschap mee dat vrijheid een zeer kostbaar goed is waar we te allen tijde zuinig op moeten zijn.

Aanvang 14 uur, entree € 3



foto van Thea Walraven net voor de Oostenrijkse grens tijdens het fietsen van Passau naar Wenen.

Rondleiding ARN Weurt

Waarschijnlijk hebt u wel eens over de vuilverbrandingsinstallatie in Weurt gehoord of bent er eens langsgekomen. Nu heeft u de kans de locatie te bezoeken voor een rondleiding!

Met maximaal 45 leden zijn we welkom op donderdag 7 november om 13h00 om de installaties van dichtbij te bekijken. De rondleiding vereist dat u goed te been bent.

We gaan met eigen vervoer en gaan enkele dagen van te voren kijken hoe we met een minimaal aantal auto's kunnen rijden.



Opgeven kan via onderstaand strookje :

AANMELDFORMULIER voor Rondleiding ARN Weurt op 7 november

Dhr/Mevr

Adres:.....

Telefoon:.....

Eigen vervoer:

Kan eventueel : aantal leden meenemen

AANMELDEN voor 28 oktober.

Wanneer kom ik bij u op de koffie?

Uw opticien op locatie!



- Heeft u een specifieke werk/hobby plek?
- Bent u minder mobiel om naar de opticien te gaan?
- Of welke reden dan ook?

Dan komt Bjorn Luijten (Opticien op de koffie)
gráág een kopje koffie drinken!

06 512 123 86

info@opticienopdekoffie.nl
www.opticienopdekoffie.nl

MARI VAN RENS Tweewielerspecialist



Marconistraat 2, 6604 BX Wijchen

Telefoon (024) 6419653 • Fax (024) 6453876

Website: www.marivanrens.nl • E-mail: info@marivanrens.nl

Werken als vrijwilliger

Vrijwilligers vormen de olie in de kringloop-motor.

Ze zijn dus hard nodig en we zijn heel blij met ze.

Of je nu vrijwilliger bent (of wilt worden) om weer in

een dag- en werkritme te komen, of om je zinvol in te zetten in de tijd die je beschikbaar hebt: bij Kringloop Vraag & Aanbod verwelkomen we je graag.



Je zou denken dat het bij een kringloopbedrijf vooral om de spullen gaat. Maar bij Kringloop Vraag & Aanbod draait het vooral om de mensen. Onze missie is dat iedereen mee moet kunnen doen in de samenleving, die we zo samen mooier en groener maken. En ja, dat doen we via het doorgeven van spullen, waarmee we tegelijkertijd de CO2-uitstoot terugdringen.

Wat er zoal te doen is in het kringloopbedrijf: o.a. spullen ophalen bij mensen thuis, onze gunners met hun spullen ontvangen, spullen sorteren, eventueel nakijken en repareren, prijzen en in de winkel zetten, klanten helpen in onze winkels, de kassa of receptie bemannen.

VRIJWILLIGERS FUNCTIES:

- Medewerker kassa
- Medewerker inname
- Medewerker speelgoed
- Medewerker boeken
- Medewerker muziek
- Medewerker receptie
- Medewerker computerafdeling
- Medewerker electronica
- Medewerker kleding

Werktijden: in overleg.

De bloaskapel moest effe
oetblaezen.
Effe naar Geffen 1 september
Foto van Ad Trapman

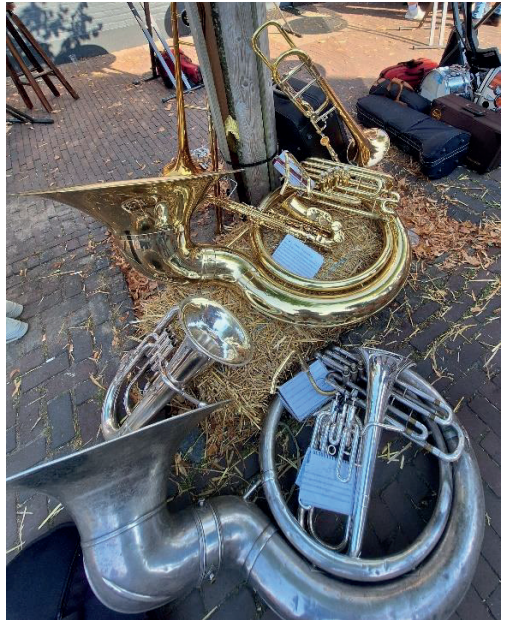


Foto van
Wilma Smulders

expert



WIJCHEN



TOUWSLAGERSBAAN 32



WIJCHEN@EXPERT.NL



024 6453080



+31 6 81 02 02 46

Zakelijk drukwerk nieuwe huisstijl, boek of brochure



DE KLEIJN

DRUKKERIJ

www.drukkerijdekleijn.nl
Nieuweweg 236 Wijchen

024 - 641 38 22



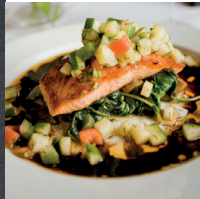
TIELEN HAARMODE

Graafseweg 638 Alverna (Wijchen) Tel.: 024 - 64 12 666

DE MARKIES BELEEF HET OP JOUW MANIER

Ons intieme restaurant kenmerkt zich door een huiselijke en knusse sfeer. Gezellig tafelen met smaakvolle gerechten en een goede service. Naast onze uitgebreide à la carte menukaart bieden wij ook een 3-gangen maandmenu van € 30,00. Dit keuzemenu is aangepast op het seizoen.

Ook kunt u heerlijke gerechten afhalen, langs fietsen voor een coffee-to-go of even blijven zitten voor het lekkerste softijs!



KOM GENIETEN
VAN ONZE
HEERLIJKE
COCKTAILS



Graafseweg 600, Alverna | T (024) 641 39 05 | zaaldemarkies.nl



Een lekke band tijdens een fietstocht langs de Neckar van Heidelberg richting Mannheim.

Fietsen

Op **2 oktober 2024** gaan we weer een hele dag fietsen. In de planning staat 9 oktober, maar dan gaan we naar de musical, vandaar.

We vertrekken om 9.30 uur vanaf het Kerkplein aan de Heumenseweg in Alverna. We hopen dan op goed weer, Er is weer een mooie route uitgezocht.



Om de “vaste” deelnemers, bijvoorbeeld bij slecht weer, snel te kunnen informeren is er een groeps-app aangemaakt die “Fietsen KBO-Alverna” heet, die alleen hiervoor gebruikt wordt. **Je moet een bericht hierop niet beantwoorden.** Wil je ook in deze app-groep, bel dan even met Thea.

Dansmiddag

De eerst volgende dansmiddag is donderdag 10 oktober 2024. Iedereen van 50+ is welkom, ook niet KBO leden, breng familie en bekenden mee. De live muziek wordt weer verzorgd door Perry Stekhuizen. We hopen dat er een grote opkomst is en dat het weer gezellig wordt! We beginnen om 14:00 uur en het zal duren tot 17:00 uur. De entree bedraagt 5 euro.



Op de fiets naar Lent....Romeinse masker " beklommen"..
Foto van Ricky Ebben Zwartjes

Sociaal Wijkteam Wijchen Zuid

Voor de wijken ten zuiden van de spoorlijn en Alverna.

Telefoonnummer: 024 642 57 59 Info@sociaalwijkteamwijchen.nl

Inlooppunt: Het Mozaïek, Campuslaan 6-8, 6602 HX Wijchen
het Sociaal Wijkteam is hier aanwezig: dagelijks van 9.00–12.30 uur

Belastingadviseurs / Belastinginvulhulp

Als u gebruik wilt maken van een belastingadviseur wendt u dan tot de heer Hent Hopman. Telefoonnummer: 0487 - 531249.

Ouderenadviseurs: Wanneer u een vraag heeft op het gebied van wonen, zorg, welzijn of financiën kan de vrijwillige ouderenadviseur (VOA) u informeren en adviseren. Voor de KBO voor Alverna is dit Ben Janssen, tel 024 – 641 213 of 06 3010 4680

OpStap-bus. De Opstap binnen de gemeente van deur tot deur.

Bel één dag van tevoren op werkdagen tussen 8.30 en 11.00 uur naar de centrale: tel. 6421999. Geef duidelijk aan als u gebruik maakt van een rolstoel.

Hulpdienst in de gemeente Wijchen

Stichting MeerVoormekaar Wijchen tel. 024-6418459 op werkdagen van 8.30 tot 12.00 uur. Hebt u ondersteuning nodig, bijv. bij een klusje, vervoer naar ziekenhuis of contact met een vrijwilliger

- **Formulierenteam en administratieve ondersteuning** Hebt u ondersteuning nodig bij het invullen van formulieren of bij het op orde brengen van uw administratie? In beide gevallen: (MeerVoormekaar tel. 024-6418459 op werkdagen van 8.30 tot 12.00 uur. Ondersteuning wordt geboden door een vrijwilliger.

- **Financieel spreekuur (Gemeente)** Van maandag t/m donderdag van 9.00-12.30 uur gratis in het Huis van de Gemeente. Tel. ondersteuning 088-4327000.

Rijbewijskeuring senioren. € 47,50 voor 75-plussers. Mail voor een afspraak naar afspraken@rijbewijskeuringsarts.nl of bel 085-0180800. Afspraak kan mogelijk in Wijchen, De Brink 27.

Digitaal Café, voor vragen kunt u terecht bij de Bibliotheek Wijchen via 024 641 7144 of digitaledienstverlening@bibliotheek-wijchen.nl

landwinkel®

De Diervoort

Staddijk 17
6603 LM Wijchen
Telefoon 024 - 344 24 17

tpwm.hopman@hetnet.nl
www.diervoort.nl

Kaasboerderij De Diervoort



THEEHUIS & BOERENSPELEN
DE EIKENHORST



Boerderij De Eikenhorst
Staddijk 1

6603 LM Wijchen

Tel.: 024-641 89 22

Mob.: 06-107 129 82

Mail: Eikenhorst@kpnmail.nl

www.eikenhorstwijchen.nl