

Seniorenvereniging

MAARHEEZE



SEPTEMBER 2023

# NIEUWSBRIEF



## **Inhoudsopgave:**

- Pag. 01 Voorblad
- Pag. 02 Inhoudsopgave
- Pag. 03 / 04 Van de bestuurstafel / Ledenmutaties
- Pag. 05 Foto expositie in Ons Kwartier
- Pag. 06 Najaarscompetitie kaarten gaat van start
- Pag. 07 “De Doorzetters” viert 25-jarig jubileum / Samen beslissen
- Pag. 08 / 09 Portret Rina Bosman
- Pag. 10 Samen goed voor elkaar
- Pag. 11 Afscheid
- Pag. 12 Vacature / Rabo Clubsupport
- Pag. 13 Kunstproeven: Doe je mee?
- Pag. 14 / 15 Uitstapje kaasboerderij Catharinadal Achel
- Pag. 16 / 17 Activiteitenoverzicht september 2023
- Pag. 18 / 19 Uitstapje ECO tuin
- Pag. 20 / 21 Eerste gedeelte project “Maak Rimpels” afgerond
- Pag. 22 / 23 Nieuwe kans deelname aan project “Maak Rimpels”
- Pag. 24 Plant van de maand: Scharnierbloem
- Pag. 25 Wist u dat....
- Pag. 26 / 27 Het energieplafond (7) de energierekening (afl. 2)
- Pag. 28 / 29 Prijspuzzel september 2023 / prijswinnaar puzzel augustus 2023
- Pag. 30 Diverse gegevens / Contactpersonen activiteiten
- Pag. 31 Bestuurssamenstelling / Overzicht beheerders
- Pag. 32 Bijdrage Literatuurke geschreven door Henriette Veerle Dietvorst

\*\*\*\*\*

### **Nieuwsbrief nummer 10 oktober 2023**

Inleveren kopij uiterlijk **zondag 17 september 2023** in de brievenbus van Onze School of via email: [nieuwsbrief.maarheeze@gmail.com](mailto:nieuwsbrief.maarheeze@gmail.com)

\*\*\*\*\*

Onze School is altijd te bereiken via telefoonnummer 0495 623589  
Adres: Stationsstraat 52 6026 CW Maarheeze  
Website vereniging: [www.seniorenverenigingmaarheeze.nl](http://www.seniorenverenigingmaarheeze.nl)

## Van de bestuurstafel



Aan de vakantieperiode is langzamerhand een einde gekomen en nu zijn we alweer toe aan de september-editie van onze vertrouwde Nieuwsbrief. Hoewel de zomer wat grillig was, met grijze regendagen en gelukkig ook heerlijke zonnige dagen, hopen we dat jullie toch hebben kunnen genieten van rust en ontspanning en regelmatig een fijn vakantiegevoel.

Nu kijken we uit naar een mooie nazomer, waarin we als Seniorenvereniging weer garant staan voor een grote diversiteit aan activiteiten en gezellige ontmoetingen in Ons Kwartier of op het terras. Neem een kijkje op de middenpagina's van deze Nieuwsbrief, daar vind je alles over het programma voor september.

Extra aandacht verdient de vitaliteitsdag op woensdag 6 september. Op deze dag krijgen de deelnemers de kans om hun gezondheid en vitaliteit te testen. Er worden op een professionele en tevens prettige manier allerlei testen gedaan die je inzicht geven in je eigen gezondheid. Het belooft een leerzame en ook leuke dag te worden, een gezonde en verstandige keuze om hieraan deel te nemen.



Zo'n vitaliteitsdag in elkaar zetten is een flinke klus, die heel wat voorbereiding vraagt. Er moet zoveel geregeld worden: afspraken met professionals en andere vrijwilligers, zorgen voor de nodige materialen, tijdschema's, planningen en indelingen maken, er komt heel wat bij kijken. Een woord van dank aan de mede-organisatoren Hetty, Mieke en Anne-Marie is hier dan ook zeker op z'n plaats. Heel erg bedankt dat jullie samen met KBO-Brabant deze vitaliteitsdag voor onze Seniorenvereniging mogelijk gemaakt hebben. Het wordt vast een geweldige dag!

Voor wie in de maand september in Ons Kwartier komt nog deze tip: het is de moeite waard om daar de mooie schilderijtentoonstelling van Wil Langendijk-Schuts, lid van kunstenaarscollectief Perron 1, te bekijken. Zij exposeert met o.a. impressies van haar vakanties. We wensen u een mooie septembermaand toe, die hopelijk veel lekker nazomerweer en mooie momenten voor ons in petto heeft.



\*\*\*\*\*

***Ledenmutaties juli/augustus***

***Wij zijn blij als nieuwe leden te mogen begroeten:***

***H***ertelijk  
***W***elkom!

**Elly Boelaars  
Monique Eyckmans  
Marceline de Lang-Lutters  
Riky Rutten  
Trudy Scheepers-van Weert**

**Jeanne van den Corput  
Ludo Gubbels  
Marjo Reinders-Nijhof  
Jan Scheepers**

Wij hopen dat jullie je snel thuis voelen bij onze vereniging en wij ontmoeten jullie heel graag bij een van onze activiteiten.

***In de afgelopen periode hebben wij wegens overlijden afscheid moeten nemen van:***

***Sterkte***

**Annie Engelen-de Regter**

Wij wensen de nabestaanden heel veel sterkte om dit verlies te verwerken.

### Foto-expositie in Ons Kwartier:

Vanaf 1 september is er een foto-expositie met het thema oorlog en vrede te zien in Ons Kwartier. De foto's zijn gemaakt door Samer Daboul en Louis Hartman. Door de combinatie van deze verschillende foto's in één tentoonstelling, wordt het verschil tussen het leven in vrijheid en het leven onder het geweld van een oorlog ingrijpend zichtbaar.

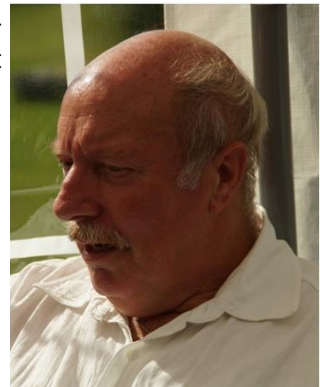


Samer is 27 jaar geleden geboren in Aleppo, Syrië. Hij heeft gestudeerd aan het Instituut voor Media in Syrië en heeft er gewerkt als journalist en fotograaf en deed verslag van de humanitaire crisis in zijn land. Zijn doel is het conflict een menselijk gezicht te geven, om mensen de ervaringen en gevoelens van hen die in

Syrië strijden voor vrijheid, te laten begrijpen. Samer is nu ongeveer 1 jaar in Nederland.

Louis Hartman is amateur fotograaf en woonachtig in Maarheeze. Hij fotografeert sinds 2015, het jaar van zijn pensioen. Hij heeft natuurfoto's gemaakt, maar ook industriële objecten kwamen voor zijn lens.

Hij gebruikt technieken, zoals Macro en HDR. Na een wat minder actieve periode, werd dit thema een uitdaging voor hem. (HDR is high dynamic range. Het is in wezen het maken en combineren van meer dan één foto van dezelfde scène om uit elke foto de beste elementen te halen).



Op vrijdagmiddag 1 september vanaf 15.30u is er een mogelijkheid voor een ontmoeting met Samer en Louis, waarbij zij toelichting kunnen geven op de foto's.

U bent van harte welkom.

## **Najaarscompetitie kaarten start in september**

Op donderdag 7 september gaan we weer van start met de najaarscompetitie, zowel voor het rikken als voor het jokeren. Enkele weken hebben we al proefgedraaid met het nieuwe reglement. Dit geldt alleen voor het rikken. Bij het jokeren verandert er niks. Bij het rikken zijn een aantal dingen veranderd. De medespeler van de rikker, de maat genoemd, kreeg bij verlies van de rikker voorheen evenveel fiches als de tegenspelers. Dit is veranderd: vanaf september krijgt de maat NIETS. Dus de rikker hoeft maar aan twee personen te “betalen”. Als er rondgepast wordt, moet de geveer zolang geven totdat er iemand anders iets doet. Er zijn nog een aantal veranderingen, die staan duidelijk vermeld in het reglement.

Vanaf september zijn de bakjes met fiches voor het rikken afgeschaft. We gaan per spel de plussen en minnen van iedere speler op een formulier noteren. Per tafel is er iemand die de puntentelling noteert. Aan het eind van de avond om tien uur worden de formulieren ingeleverd en kunnen we een eindstand opmaken. Om in aanmerking te komen voor een kwalificatie aan het eind van de competitie (eind december) moet U minimaal tien keer hebben deelgenomen. Wekelijks ligt de tussenstand van de competitie op de tafel, zodat je kunt zien hoe je ervoor staat.

Heeft U interesse om eens te komen kaarten, hetzij rikken of jokeren: U bent van harte welkom. Voor wat betreft het rikken: Heeft U vroeger wel eens gerikt, de basisregels verleert men niet en U wordt graag geholpen. Er heerst een gezellige sfeer op de donderdagavonden. We starten om 19.30 uur en graag om 19.15 uur aanwezig zijn, zodat we om 19.30 uur kunnen beginnen. Iedereen krijgt een nummer waar de tafel op staat waar hij/zij moet starten. Om 20.45 uur gaan we wisselen, zodat U een andere tafel krijgt met andere personen. Om 22.00 gaat de bel en betekent einde speelavond. Daarna worden de scores verzameld en de prijswinnaars bekend gemaakt. De prijzen bestaan uit een VVV bon en diverse andere leuke prijsjes zoals een fles wijn, bonbons e.d.

De uitslag van het kaarten wordt elke week geplaatst in de HAC onder de rubriek “sportuitslagen”. Wilt U een avondje gezellig kaarten kom dan naar Onze School. U bent van harte welkom!

Leo Dekkers

**Op 14 september as. wordt er aandacht besteed aan het 25 -jarig bestaan van biljartclub 'de Doorzetters'.**



Vanaf 13.30u komen de biljarters bij elkaar om een onderlinge wedstrijd te spelen en de eerste stoot wordt gedaan door Arno Baks, voorzitter van onze seniorenvereniging. Nadat Martien Heesterbeek vele jaren de grote trekker en de competitieleider is geweest, heeft hij het stokje doorgegeven aan Leen Dekker, met voorzitter Ton Rijnbeek hebben zij nu de touwtjes in handen. Dat wij allemaal veel dank verschuldigd zijn aan Martien spreekt voor zich.

\*\*\*\*\*

**4 oktober 2023: Dialoogbijeenkomst Samen Beslissen/ Samen Beslischulp 14.30 u in de vergaderruimte!**

O.l.v. gespreksleiders van KBO Brabant, komen we bij elkaar om te praten over de zorg die we als 70- plussers nodig hebben en we wel of niet willen of ontvangen als het zover is. Samen beslissen is het proces waarin de zorgprofessional en de patiënt samen bespreken welke zorg het best bij de patiënt past. Uitgangspunt is dat de zorg zoveel mogelijk aansluit bij de situatie en behoeftes van de patiënt.

Vraag jezelf af, waar word ik nog blij van, wat wil ik nog en doe dat niet op het moment dat je voor een dergelijke vraag/keuze komt te staan, maar denk daar al eerder over na en vertel het/overleg het met je huisarts. Zelf nadenken over wat voor zorg je wilt is belangrijk. Want je leven kan door een behandeling erg veranderen.

Goede zorg begint met een goed gesprek tussen jou en de hulpverlener. Vertel wat je belangrijk vindt. Dan krijg je zorg die beter bij jou past.

Vanuit Maarheeze zal dr. Cora van de Ven op deze middag aanwezig zijn, zij heeft grote betrokkenheid bij het projekt "Samen Beslissen" in deze regio. Tijdens deze bijeenkomst zullen we met elkaar van gedachten wisselen over dat wat we nu en straks nodig hebben en willen.



*“Portret” een rubriek in de Nieuwsbrief, waarin we elke maand een van onze vrijwilligers portretteren aan de hand van enkele vragen. Deze keer het portret van Rina Bosman.*

### **Heb je altijd in Maarheeze gewoond Rina?**

Nee, ik ben geboren en getogen in Eindhoven. Na mijn huwelijk met Henk hebben we eerst in Geldrop gewoond en in 1974 zijn we naar Maarheeze verhuisd. Na mooie jaren in de Vogelwikke, wonen we nu in een appartement in de Smits van Oyenlaan, waar we het ook weer erg naar onze zin hebben.

### **Welk beroep heb jij uitgeoefend?**

Ik ben gebarentaaltolk. Mijn beide ouders waren doof, dus ik ben van jongs af gewend om met mijn ouders te communiceren in gebaren. Dat gebeurde met gebaren die we ons met elkaar eigen gemaakt hadden. Een eigen gezinsgebarentaal zou je kunnen zeggen. In 1985 startte in Nederland de eerste opleiding tot officiële gebarentaaltolk, die heb ik toen meteen gevolgd en sindsdien ben ik gediplomeerd gebarentaaltolk.

### **Dat is interessant Rina. Kun je iets meer vertellen over de gebarentaal?**

Tot 1980 was het verboden om onderwijs te geven in gebarentaal, omdat men tot die tijd dacht dat het beter was voor dove kinderen om te leren liplezen. De gebarentaal werd toch wel op allerlei plekken gebruikt, maar dan overal met eigen invullingen. Nadat men van gedachten veranderd was over het gebruik van gebarentaal en er ook weer les in gegeven mocht worden, is er ook gewerkt aan een Nederlandse Standaard Gebarentaal (NGT). De NGT is een zelfstandige taal die niet gebaseerd is op de gesproken Nederlandse taal. Je kunt de gesproken taal niet een op een vertalen met gebarentaal. Dat maakt het voor de tolk niet gemakkelijk: je moet eerst begrijpen wat er gezegd wordt en dat dan meteen omzetten in gebaren. De invoering van de gebarentaal was heel erg belangrijk voor dove mensen. Ze konden daardoor communiceren met zowel dove als horende mensen (die de gebarentaal kennen of door gebruik te maken van een tolk). De gebarentaal opende deuren voor hen, ze konden nu overal aan meedoen.



### **Hoe heb jij je werk als gebarentaaltolk ingevuld?**

Ik heb altijd heel interessant werk gehad, dat me veel voldoening heeft gegeven. Zo ben ik 10 jaar verbonden geweest aan het RIAGG, nu is dat de GGZ. Daar heb ik cliënten geholpen om te kunnen communiceren in allerlei situaties, zoals gesprekken met de dokter, een therapeut of andere zorgverlener. Als freelance tolk ben ik beschikbaar voor bv. begrafenissen, museumbezoek, gesprekken op school met de docent of studiebegeleider, een sollicitatiegesprek etc. Door mijn werk heb ik ook veel van de wereld gezien door mee te gaan naar congressen en symposia. En daarnaast heb ik nog les gegeven op de tolkopleiding.

### **Hoe ben je in contact gekomen met de Seniorenvereniging?**

Destijds heeft Dré Verweerden ons aangespoord om lid te worden van KBO Maarheeze (toen heette het nog niet Seniorenvereniging). Mijn man Henk heeft ook nog in het bestuur van KBO Maarheeze gezeten, hij was penningmeester.

### **Nu ben je sinds ruim een jaar als vrijwilliger iedere woensdag de hele dag werkzaam als gastvrouw. Hoe bevalt dat?**

Het is heel fijn om te doen. Als gastvrouw vind ik de aandacht voor de bezoekers van Ons Kwartier vooral belangrijk. Het begint met mensen te begroeten als ze Ons Kwartier binnenkomen. Ze moeten meteen voelen dat ze welkom zijn. Als mensen alleen komen ga ik er even bij zitten en maak ik een praatje. Op die manier wil ik hen helpen om de drempel om binnen te lopen zou laag mogelijk te maken. Als mensen met een groep binnenkomen vind ik het meestal niet nodig om er echt bij te gaan zitten, maar maak ik een praatje bij het serveren van de koffie of bij het afrekenen aan de bar bijvoorbeeld.

### **Wat levert dit vrijwilligerswerk op voor jezelf?**

Ik geniet ervan dat ik veel aardige mensen heb leren kennen. Er zijn diverse vaste bezoekers op de woensdag en dan is het gezellig om af en toe wat bij te praten. Ik vind het ook heel leuk om van autochtone Maarheezenaren verhalen te horen over vroeger. Toen het viaduct versierd werd met oude foto's van Maarheeze kwamen er allerlei verhalen los en ook wordt er wel verteld over hoe het er vroeger op de St.Josphschool aan toe ging. Dat soort verhalen vind ik fantastisch om te horen.

### **Heb je nog andere hobby's?**

Mijn werk is altijd mijn hobby geweest. Daarnaast lees ik graag en kook ik graag, omdat ik het leuk vind om mensen te verwennen. En samen met Henk gaan we heel graag op vakantie.

## Waarmee wil je ons gesprek afsluiten Rina?

Ik vind het geweldig dat Onze School, Ons Kwartier en de Seniorenvereniging er zijn. Ze voldoen aan een behoefte voor senioren en ik hoop dat dit alles nog lang blijft bestaan!

**Dank je wel voor dit interessante gesprek Rina en ook voor jouw inzet als gastvrouw.**

\*\*\*\*\*



**SAMen** goed voor elkaar

Inzamelactie kleding en schoenen voor versterking basisonderwijs

Van zaterdag 30 september t/m donderdag 5 okt a.s. kunt u in Maarheeze kleding en schoenen inleveren bij Mevr. Rijkers Vogelsberg 31 of bij Dhr. Van Velzen Kerkstraat 5 (dit is een doorlopend inzamelings-depot, hier kunt U het hele jaar door spullen inleveren). Er zijn geen specifieke inlevertijden waar u rekening mee dient te houden. Uw donatie komt ten goede aan het onderwijsproject van Cordaid in Kamuli (Oeganda).

## Onderwijs is de sleutel voor de ontwikkeling van een kind en van een samenleving

Het krijgen van kwalitatief goed onderwijs is de beste manier om mensen uit extreme armoede te helpen. Kinderen die onderwijs krijgen kunnen hun eigen leven, maar ook dat van hun kinderen, aanzienlijk verbeteren. "Inzamelacties in onze regio zijn werkelijk onmisbaar. Mogen wij ook dit najaar weer op uw hulp rekenen?"

Wat mag u inleveren: behalve kleding, schoenen ook speelgoed, knuffels en huishoudtextiel. Graag separaat van de kleding verpakt in een gesloten plastic zak. Geen gordijnen, vloerbedekking, tuinkussens en tafelkleden.

Wilt u meer weten over het werk van Sam's kledingactie kijk dan op [www.samskledingactie.nl](http://www.samskledingactie.nl)

## Afscheid

De Nieuwsbrief waarin u nu leest, is tot stand gekomen dankzij de samenwerking tussen enkele vrijwilligers van de Seniorenvereniging, die er ieder hun eigen steentje aan bijgedragen hebben. Het begint met het maken van de teksten en de foto's, die dan samengebracht worden in een boekje door de redacteur, die de lay-out verzorgt.



## NIEUWSBRIEF



Als dat klaar is gaat het boekje naar de correctoren die het nakijken op eventuele fouten. De correcties worden aangebracht door de redacteur en dan kan het boekje naar de drukker. Als laatste komt de groep vrijwilligers in actie die ervoor zorgt dat de Nieuwsbrief keurig bij u thuisbezorgd wordt.

Eén van de vrijwilligers, die al jarenlang een grote bijdrage levert aan de Nieuwsbrief is **Else-Marie van Oirschot**. Zij vormt samen met André Meulman de redactie, die met alle ingekomen teksten en afbeeldingen iedere maand weer een mooie Nieuwsbrief in elkaar zet. Helaas

heeft Else-Marie aangegeven daarmee te moeten stoppen. Om gezondheidsredenen heeft ze eerder wel eens een stapje terug moeten doen, maar als het enigszins ging, pakte ze het werk weer zoveel mogelijk op. Nu vindt Else-Marie dat het moment gekomen is om echt een punt te zetten achter het werk voor de Nieuwsbrief.

We hebben daar alle begrip voor Else-Marie en we danken je heel hartelijk voor alles wat je voor de Seniorenvereniging en in het bijzonder voor de Nieuwsbrief met liefde en plezier hebt gedaan. Dank voor alle tijd en energie die je hierin gestoken hebt, de vereniging kon altijd op je rekenen. We wensen je nog veel mooie jaren toe en we rekenen erop je nog regelmatig te ontmoeten in Ons Kwartier.

## Vacature

Het afscheid van Else-Marie brengt met zich mee dat er een vacature ontstaat voor een redactielid. De taak voor dit redactielid bestaat uit het samen met André Meulman de Nieuwsbrief, die één keer per maand verschijnt, in elkaar te zetten. Deze persoon hoeft geen teksten te schrijven, dat doen andere vrijwilligers en leden die iets in de Nieuwsbrief geplaatst willen zien. Het plaatsen van deze teksten gebeurt in een vast sjabloon en vereist wel wat, maar niet super veel deskundigheid op de computer. Denk er eens over na of dit misschien een taak voor jou zou kunnen zijn. Het is leuk werk en André is graag bereid om waar nodig te helpen. Als je ingewerkt bent, wat waarschijnlijk snel zal gaan, kun je met André afspreken om om de beurt een Nieuwsbrief in elkaar te zetten, waardoor je één keer in de twee maanden aan de beurt bent. Als je dit aanspreekt of er meer informatie over wilt hebben neem dan contact op met André Meulman of met Anne-Marie van Kuijk of Wil Thijssen. Hun e-mailadressen en telefoonnummers vind je achter in dit boekje. We kijken naar je uit!

\*\*\*\*\*

## Rabo Clubsupport

Met de welbekende actie onder de naam 'Rabo ClubSupport' stelt de Rabobank elk jaar een stukje van de winst beschikbaar aan verenigingen en clubs, zodat die verenigingen en clubs kunnen blijven doen wat zij al langer doen:

**ZO WERKT HET:** De leden van de Rabobank kunnen **tussen 4 september en 26 september** hun stem uitbrengen op hun favoriete club of vereniging. Dat kan via de website van de bank [www.rabobank.nl](http://www.rabobank.nl) Op deze manier bepalen de leden mee welke clubs een steuntje in de rug krijgen van de bank, want hoe meer stemmen een vereniging/club krijgt, hoe groter het bedrag is dat uitgekeerd wordt. Je mag stemmen op 3 favoriete clubs. Dus ook op bijvoorbeeld Perron 1 en/of de voetbalclub of een andere vereniging.

**HULP EN INFO:** Voor hulp en info, zowel bij het aanvragen van het lidmaatschap als bij het stemmen kunt u terecht bij onze ouderadviseurs en bestuursleden. Zij zijn altijd bereid u even te helpen. ((Telefoonnummers vindt u achter in deze Nieuwsbrief).

*Dus : Bent u nog geen lid, maar wel een klant van de Rabobank, wordt dan zo snel mogelijk lid en we hopen dan natuurlijk op uw stem voor de Seniorenvereniging Maarheeze.*

## Kunstproeven: doe je mee?

Een evenement met kunst en lekkers, muziek en gezelligheid!

Op zondag 8 oktober 2023 organiseert Schildersgroep Perron 1 een spetterende dag waar je onder andere kunt deelnemen aan diverse workshops. Het meedoen aan een workshop bedraagt €5,00 per persoon. Inschrijven kan nu al door een mail te sturen naar: [perron1maarheeze@gmail.com](mailto:perron1maarheeze@gmail.com) Er is ook een verkoopexpositie met verschillende werken, allemaal vriendelijk geprijsd dus ook leuk als cadeautje. Je kunt genieten van verschillende soorten vers gebak, er is een loterij waarbij verschillende kunstwerken te winnen zijn en je krijgt een kijkje in de keuken als een schilder aan het werk is. Er is live muziek en natuurlijk de mogelijkheid om samen van gedachten te wisselen en gezellig samen te zijn onder het genot van een hapje en een drankje.



Waar? Bij Onze School,

Stationsstraat 52 in Maarheeze. Toegang is gratis.

Bij goed weer is het buiten, mocht het regenen/stormen/vriezen of alles tegelijk, dan is het evenement binnen.

Mis het niet!

**Kunstenaarscollectief**

**Perron 1**



Mail:

[perron1maarheeze@gmail.com](mailto:perron1maarheeze@gmail.com)

Participant 'Onze School'

## **Uitstapje kaasboerderij Catharinadal Achel**

Het is alweer een tijdje geleden maar hierbij toch nog een korte terugblik op ons uitstapje naar kaasboerderij Catharinadal in Achel op woensdag 19 juli. Met maar liefst 28 deelnemers zijn we per auto, en de sportievelingen onder ons per fiets, naar Achel afgereisd.

Daar aangekomen werden we uitgebreid welkom geheten door de zeer enthousiaste eigenaar Peter Boonen en meegenomen naar een filmzaaltje op de eerste verdieping.

Voor de niet meer zo mobiele deelnemers was er een lift aanwezig.

We werden getraceerd op een interessante, soms zelfs cabareske voordracht over de geschiedenis van Catharinadal, de familie Boonen en het maken van kaas.

We weten nu allemaal waar de naam "kaaskop" vandaan komt.



De getoonde film onderstreepte nog eens de informatie die we kregen en na het kijken en luisteren was er gelegenheid om vragen te stellen waar veel gebruik van werd gemaakt.

Nu was het tijd om de theorie om te zetten naar de praktijk en vertrokken we naar de kaasmakerij.

Daar was vooral véél kaas in verschillende soorten en stadia van rijping. De rijping bepaalt in grote mate de smaak en het specifieke aroma van de kaas en gebeurt in een speciale rijpingskamer. Het rijpen wordt minutieus opgevolgd door de kaasmaker: hij houdt de vochtigheidsgraad, luchtcirculatie en temperatuur nauwlettend in de gaten. Afhankelijk van de kaassoort duurt het rijpingsproces van een maand tot meer dan een jaar.

Na nog wat verdere uitleg over dit proces werden we uitgenodigd voor een kaasproeverij van verschillende soorten door Catharinadal gemaakte kazen. Maar dat was niet het enige, we konden ook zuivel, ijs en chocolademousse proberen, hiervan werd enthousiast gebruik gemaakt tijdens de gezellige proeverij.

Al dit ambachtelijk lekkers kwam uit de eigen productie van de boerderij. Tot slot kregen we allemaal nog een goodie bag met yoghurt en algemene informatie over de kaasboerderij.

Veel deelnemers brachten nog een bezoek aan de winkel waar een keur aan verschillende heerlijke kazen en andere zuivelproducten lag uitgesteld. Na dit succesvolle uitje vertrokken we voldaan en met een schat aan informatie over het maken van kaas, weer richting Maarheeze.

Tekst en foto's: Anja Matheeuwsen.



## Activiteitenoverzicht maand september 2023

Huiskamertijden in Ons Kwartier van 10.00 tot 12.30 Er is verse koffie! De huiskamer is open voor alle inwoners van Maarheeze.

Ons Kwartier is op werkdagen geopend voor leden van 12.30 tot ongeveer 16.30 uur.

### Wekelijks terugkerende activiteiten seniorenvereniging

Maandag	09.00	tuinieren
	10.00	kleuren voor volwassenen
	13.30	sjoelen
Dinsdag	13.00	mannen van metaal
	13.30	gezond bewegen
	13.30	vrij kaarten
Woensdag	13.30	jeu de boules
Donderdag	10.00	darten
	13.30	fietsen
	13.30	biljart competitie leden de Doorzetters
	14.00	haakaan
	19.30	kaartcompetitie: rikken en jokeren
Zondag	09.00	lange wandeling

### Bijzondere activiteiten in september

Vrijdag 01	09.30	fotoclub
Maandag 04	09.00	repair café van 09.00 tot 12.00 u
	10.00	Maak Rimpels van 10.00 tot 11.30u
Woensdag 06		<b>Vitaliteitsdag van 09.30 tot 16.00u</b> <b>Vol is Vol</b>
Vrijdag 08	13.30	kienen 1
Maandag 11	10.00	Maak Rimpels
Dinsdag 12	11.00	bakkie troost
	12.00	eetpunt 1
		<b>aanmelden voor vrij 08/09 12.00u</b>
Donderdag 14	13.30	bestuursvergadering
Zondag 17	24.00	<b>25 jarig bestaan van de Doorzetters</b> inleveren copy Nieuwsbrief oktober



Maandag 18	10.00	Maak Rimpels
	13.30	IVA cursus
Dinsdag 19	<b>19.30</b>	<b>start nieuwe filmseizoen</b>
		<b>aanmelden voor vrij 15/09 12.00u</b>
Vrijdag 22	<b>18.00</b>	<b>Inloop vrijdagavond etentje</b>
		<b>aanmelden voor vrij 15/09 12.00u</b>
Maandag 25	10.00	Maak Rimpels
Dinsdag 26	12.00	eetpunt 2
		<b>aanmelden voor vrij 22/09 12.00u</b>
<b>Vrijdag 29</b>	<b>13.30</b>	<b>kienen 2</b>

### Speciale activiteiten

#### Oktober

<b>Woensdag 4</b>	<b>14.30</b>	<b>Samen beslissen/Samen beslishulp</b>
		<b>aanmelden voor vrij 22/09 12.00u</b>
<b>Vrijdag 6</b>	<b>11.00</b>	<b>Dag voor de Ouderen</b>
		<b>aanmelden voor vrij 29/09 12.00u</b>

#### December

<b>Vrijdag 15</b>	<b>20.00</b>	<b>concert Andre Rieu in het MECC M'tricht</b>
		<b>aanmelden alleen voor reservelijst</b>

**Voor alle activiteiten geldt, behalve de uiterste aanmelddatum, VOL IS VOL**

**ALGEMEEN:** De zondagse wandeling start en eindigt bij Onze School. Om 09.00u de lange wandeling. Aanmelden is niet nodig, maar ben wel op tijd aanwezig. De korte wandeling met start 10.00u is vervallen!

**We gaan er vanuit dat bij een activiteit, waarvoor betaald moet worden, dit direct bij het inschrijven gebeurt of na telefonische aanmelding ruim vóór de uiterste aanmelddatum.**

**Bij niet tijdige betaling kan uw aanmelding geschrapt worden als er aanmeldingen zijn voor de reservelijst.**

Aanmelden betekent betalen en als u zich wilt afmelden, dan moet dat gebeuren voor die uiterste aanmelddatum. Daarna is het helaas onmogelijk om geld terug te geven, u kunt in zo'n geval eventueel zelf voor vervanging zorgen. **Vraag naar uw entreekaartje als u komt betalen.**

**Vriendelijk verzoek om het aanmelden voor een nieuwe activiteit niet te doen tijdens speciale activiteiten, maar tijdens de dagelijkse openingsuren van Ons Kwartier.**

## **Uitstapje ECO tuin**

Op 11 augustus hebben 17 leden van de Seniorenvereniging deelgenomen aan het uitstapje naar Ecotuin de Weitens in Valkenswaard. Het weer was ons goed gezind, perfect voor een dagje buiten.

De fietsers vertrokken om 12 uur bij Onze School. Een uur later vertrokken de auto's met de andere deelnemers. Mede door het mooie weer hebben de fietsers genoten van de heen- en terugreis door het Leenderbos en de Malpi.

Even na half twee was iedereen aanwezig op Wilma's Terras bij Ecotuin de Weitens. Wilma deelde de groep in tweeën, waarna de eerste begon met de rondleiding door haar man Jack. De andere groep startte met koffie of thee en gebak. Wilma had alles zelf gebakken met zoveel mogelijk ingrediënten uit de tuin. Met een keuze uit vier soorten gebak kon iedereen iets lekkers uitzoeken het smaakte allemaal heerlijk. Na een klein uurtje kwam de eerste groep terug van de rondleiding en konden zij op het terras genieten van de aangeboden lekkernijen.



***Op de foto zie je een van de zes akkers. In dit geval staan er tomatenplanten op van een zaadveredelaar die een ras probeert te ontwikkelen dat resistent is tegen een tomatenziekte. Met vergif spuiten is dan niet meer nodig.***

De rondleiding startte met een verhaal over het ontstaan van deze ecologische tuin en de passie voor de duurzame teelt van gewassen. Tijdens de wandeling door de tuin kregen we het interessante verhaal over de werkwijze in de tuinderij uitgelegd:

Om te voorkomen dat er met gif moet worden gewerkt, worden zoveel mogelijk natuurlijke vijanden verleid om in de tuin te komen. In de fruitbomen hangen b.v. kleine terracotta potjes gevuld met stro. Deze potjes dienen als huisjes voor oorwormen die 's nachts luizen eten. De bijen zorgen voor bestuiving en voor biologische honing.

Ook de verschillende soorten insecten in het insectenhotel hebben hun aandeel. De torenvalk en de kerkuil zorgen vanuit hun kasten voor de bestrijding van muizen. Een speciaal opgeworpen wal van snoeihout met daaronder enkele kisten zorgen voor de aanwezig-



heid van egels, die zich tegoed kunnen doen aan slakken, die teveel van kool houden. Door de tuin te verdelen in zes akkers, waar de diverse soorten groenten en vruchten op gekweekt worden, is wisselteelt mogelijk. Pas na zes jaar kan een product terug komen op een bepaalde akker.

Door het combineren van verschillende planten en dieren ontstaat een grote biodiversiteit wat het gebruik van kunstmest en gewasbestrijdingsmiddelen overbodig maakt. Het grootste deel van de tuin is beplant met bomen: fruitbomen langs de lange ingangsweg en heel veel walnotenbomen in negen verschillende soorten op de resterende grond. De notenbomen zijn biologisch goed te verzorgen en de biologische noten zijn zeer gezond (5 walnoten per dag eten komt de gezondheid ten goede). Hij verwacht dat de vraag naar Nederlandse noten en notenolie in de toekomst zal toenemen.

Tijdens de rondleiding werden door de deelnemers veel vragen gesteld die het bezoek nog interessanter maakten. Rond 16:00 uur namen we afscheid van Wilma en Jack en bedankten hen voor de inspirerende dag. Al met al weer een zeer geslaagde middag.

## **Eerste gedeelte project “Maak Rimpels” afgerond.**

Op 10 juli jl. zijn we met een groep van 22 personen gestart met het project “Maak Rimpels”. We hadden van tevoren natuurlijk wel informatie gehad over de inhoud van het project, maar het bleef toch wat onduidelijk wat we ervan konden verwachten.

Vier maandagochtenden zijn we van 10.00-11.30 uur bij elkaar gekomen rond het thema “Positieve Gezondheid”, waarbij zowel de gezondheid van het lichaam, als de kwaliteit van het leven aan de orde kwamen. Hierbij horen onderwerpen als fit zijn, goed kunnen slapen, gezond eten, ziek zijn etc. Bij de kwaliteit van leven ging het bijvoorbeeld over lekker in je vel zitten, zinvol leven, veiligheid, erbij horen etc. Over die onderwerpen hebben we met elkaar nagedacht, er vragen over beantwoord en gesprekken gevoerd in steeds wisselende drietallen.

Behalve dat je zo een beeld krijgt van hoe het met je eigen vitaliteit gesteld is, was het ook fijn om gesprekken met andere deelnemers te hebben die wat verder gingen dan de gewone huis-tuin en keukengesprekjes. Ze vormden een eerste stap om elkaar wat beter te leren kennen.

Ook kwam er in iedere bijeenkomst een gast die iets kwam vertellen over zijn/haar hobby. Met veel enthousiasme vertelde Edy over zijn hobby fotograferen, Rieky over muziek maken, Paula over koken bij het eetpunt en Gerrit over schilderen. Ze lieten ons zien dat een hobby je heel veel levensvreugde kan bieden. Niet alleen omdat je het leuk vindt om te doen en blij en trots kunt zijn op de resultaten die je ermee behaalt, maar zeker ook omdat je daarbij mensen ontmoet die jouw interesse delen, waardoor je nieuwe kennissen en vrienden opdoet.

Terugkijkend op deze vier bijeenkomsten kan ik zeggen dat het gezellige bijeenkomsten waren, de tijd vloog iedere keer snel voorbij. We vormden met elkaar een fijne groep met heel betrokken deelnemers.



De groep was wel groot, zeker voor de ruimte waar we gebruik van maakten. Gedeeltelijk werd dat opgelost door de gesprekken in kleine groepjes, maar als we met de hele groep bij elkaar zaten was het best wel druk en voelde het wat krap. Ook de tijd voor de gesprekjes was soms te krap. Door de vragen die we met elkaar moesten beantwoorden ontstond er al gauw wat meer diepgang in het gesprek en dan was het jammer als het tijd was om te stoppen. Dat laatste geeft dan tegelijkertijd aan dat het fijn was om zo met elkaar in gesprek te gaan.

Of we er iets aan gehad hebben? Dat kan ieder alleen voor zichzelf zeggen, dat hangt natuurlijk ook af van wat van tevoren ieders verwachtingen waren. Voor mij geldt dat ik steeds met plezier naar de bijeenkomsten ging, de sfeer was heel erg prettig. Ik vind het fijn dat ik nieuwe mensen heb leren kennen en ook mensen beter heb leren kennen. Volgens mij is met deze vier bijeenkomsten een goede basis gelegd waarop we als groep met elkaar weer verder kunnen. Op die basis gaan we op 4 september verder met het volgende onderdeel waarin we onze digitale vaardigheid met name met de smartphone op een hoger plan gaan brengen. We krijgen dan de beschikking over wat meer ruimte in het gebouw, dus ik heb er zin in om samen met de groep dit avontuur weer aan te gaan.

Wil Thijsen.

## **Nieuwe kans om deel te nemen aan het project “Maak Rimpels”.**

De eerste groep deelnemers aan het project “Maak Rimpels” is klaar met deel 1 van het project en gaat in september met de volgende module starten.

Voor de mensen die ook belangstelling hebben of hebben gekregen komt er een nieuwe mogelijkheid om mee te doen met “Maak Rimpels”. Bij voldoende deelname gaan we in het najaar starten met een nieuwe groep. Je kunt je hiervoor aanmelden bij de balie in Ons Kwartier of telefonisch 0495-623589.

Omdat de gemeente en zorgverzekeringen dit project aanbieden, zijn er geen kosten aan verbonden.

De naam “Maak Rimpels” geeft niet meteen duidelijkheid over wat het project inhoudt, daarom hier nog een korte uitleg:

De cursus is bedoeld om te bevorderen dat senioren zo lang mogelijk thuis kunnen blijven wonen. Gezien de grote tekorten in de zorg is het heel hard nodig dat we zo lang mogelijk zelfstandig kunnen blijven en niet afhankelijk van zorg zijn. Dat is noodzakelijk, maar tegelijk iets wat de meeste mensen graag ook zelf willen.

Wat is daarvoor nodig?

1. Gezond zijn, zowel lichamelijk als wat betreft je welzijn. Lekker in je vel zitten. Niet eenzaam zijn.
2. Je goed kunnen bewegen. Zoveel mogelijk voorkomen dat je valt.
3. Om kunnen gaan met digitale hulpmiddelen die steeds meer gebruikt gaan worden in de zorg.
4. Mensen om je heen hebben die je kent en die je als het nodig is wat steun kunnen bieden en die jij andersom ook steun kunt geven.



Aan al deze punten wordt in het project aandacht besteed. De bijeenkomsten duren anderhalf uur en vinden steeds plaats op dezelfde plaats (Onze School en tijd worden nog bekend gemaakt). Door samen op een gezellige en ongedwongen manier met deze onderwerpen bezig te zijn, groeit de groep uit tot een hechte groep die als het nodig is misschien ook iets voor elkaar kan betekenen.

\*\*\*\*\*

### **Fietsen op donderdagmiddag**



Onze fietsclub op de donderdagmiddag werd tot voor kort geleid door Harrie Biemans en Peter Joppen samen. Helaas is Harrie door omstandigheden gedwongen om hier mee te stoppen.

Harrie heel erg bedankt voor alle tijd die je in deze activiteit gestopt hebt en we komen er nog op terug.

## Plant van de maand: Scharnierbloem

In het latijn: *physostegia virginiana*. Oorspronkelijk afkomstig uit Virginia in Noord Amerika waar je hem kunt vinden langs rivieren of in natte weilan-



den. Dat geeft dus aan dat hij van een vochtige, vruchtbare bodem en zon houdt.

De plant dankt zijn naam aan het feit dat de bloemen afzonderlijk gedraaid kunnen worden: ze kunnen scharnieren. Andere namen zijn draaibloem, leeuwenharen of valse drakenkoppen. Ook vind je behalve scharnierbloem ook scharnierplant. Het is een mooie snijbloem met vierkante stengels. De bloemen staan strak geordend in 4 rijen

aan de aren. In de tuin aan de Sterkselseweg kun je hem vinden. Behalve de mooie rose bloemen die je hier ziet zijn er ook variëteiten in wit en violet. De plant vermeerdt zich door kruipende wortelstokken. De plant is niet wintergroen.

Nel Meulman



## Wist U dat.....

- De dagen alweer aardig korter beginnen te worden, de schoolvakanties weer voorbij zijn en het gewone leven weer kan gaan beginnen.
- De zomermaanden redelijk druk zijn geweest in Ons Kwartier, met als uitzondering de twee laatste weken van de schoolvakanties.
- We ons afvragen of er veel opa's en oma's op moesten/mochten passen in deze weken en ze daardoor geen tijd hadden voor een bezoek aan Ons Kwartier?
- We iedereen begin september wel weer terug verwachten binnen de muren van Onze School en zeker ook tijdens de Vitaliteitsdag op 6 september. Hoe fit bent u en hoe kunt u nog lekker lang fit blijven? Kom het uitproberen.
- Als u dit leest de 5 Sluizentocht net geweest is of er heel snel aan komt! In het laatste geval kunnen we allemaal nog even duimen voor goed weer. "Als het maar droog", is zeggen we dan.
- De zomerse uitstapjes, naar kaasboerderij Catharinadal en de Weitens ecotuin in Dommelen zeer gewaardeerd werden en de fietsers de overhand hebben gehad.
- We gaan proberen een aparte rondleiding te organiseren voor leden van onze vereniging naar de Achelse Kluis maar er ook andere uitstapjes in de herfst en of winter worden voorbereid.
- De dag voor de Ouderen dit jaar gevierd wordt op vrijdag 6 oktober en u zich al kunt aanmelden als u dit gelezen heeft. We het programma nog even geheim houden, maar we wel verklappen dat er een lunch bij hoort.
- We heel blij zijn dat er iedere maand een of meer nieuwe leden zich aanmelden.
- We hopen dat er onder deze leden meerdere enthousiastelingen zijn te vinden die vrijwilliger willen worden bij onze vereniging.
- Er in de afgelopen maanden verschillende actieve vrijwilligers gestopt zijn, min of meer gedwongen door gezondheidsproblemen of omdat hun leeftijd begint op te spelen.
- Dus wacht niet tot u gevraagd wordt, maar denk er eens over na om actief te worden in onze vereniging!



## Het energieplafond (7)

Energietip van de maand !

Deze keer: De Energierekening =  
De Jaarrekening aflevering 2!

### Korte samenvatting deel 1:

Dagtarieven van de **OVERHEID** zijn:

Vaste kosten Enexis (Captar tarieven) Circa **€ 196 + € 241,12 / jaar (resp. Gas + Elektriciteit) \***. De korting op de Energiebelasting (Alleen op Elektriciteitsrekening) Circa **€ 693/ jaar \***

### Nu de kosten van de energieleverancier:

Als eerste de zgn. vaste lasten, dit zijn kosten ook bepaald per dag! Vaak gegeven per maand bijv.: **€ 5,99 / maand** Op jaarbasis tussen circa € 60 en € 140 / jaar. \*\*) Zowel voor gas als voor elektriciteit!!

Dan de kosten per kWh (elektriciteit) en m<sup>3</sup> (gas) zonder belasting en toeslagen! Voor Elektriciteit gaat het dan om echt verbruik op basis van Enkeltarief of Dubbeltarief (Normaal en Dal). Het aantal kWh is te controleren via de meterstanden!

Wekt u zelf energie op met zonnepanelen, dan kun u het aantal kWh opgewekt “wegstrepen” tegen gebruik, zolang u niet meer opwekt dan u verbruikt! = Saldering!!

### **LET OP:**

Teruglevering in normaal tarief wordt “weggestreept” tegen verbruik in normaal tarief! Evenzo teruglevering in dal tarief wordt “weggestreept” tegen verbruik in dal tarief.

\*) Afhankelijk van contract periode!

\*\*) Sommige leveranciers noemen het beheerskosten en maken deze kostenpost zelfs variabel zoals o.a. Vattenfall!!!

Steeds meer leveranciers hanteren niet meer hetzelfde tarief voor levering versus teruglevering! Dus “wegstrepen” geldt dan wel voor de overheidstoeslagen, maar de leverancier incasseert het verschil van verbruik tegen teruglevering!

Als u veel opwekt kan Enkeltarief gunstiger zijn!!!! Dit is afhankelijk van uw gedrag! Als u veel verbruikt in de avonden en gedurende het weekend, dan kan het zijn dat de opbrengst van uw zonnepanelen gedurende normaal meer is dan verbruik, terwijl in dal u veel meer verbruikt dan opwekt!!

Teveel teruglevering (dus boven eigen verbruik) brengt momenteel niet veel meer op, bij sommige nog geen € 0,02 / kWh!! U hoeft hierover echter geen belasting te betalen

De gasrekening is eenvoudiger een prijs per m<sup>3</sup> van de leverancier en de (overheids-)toeslagen!

### **De overheidstoeslagen:**

BTW 21 % (2<sup>e</sup> helft 2022 was het tarief 9 %!!)

ODE (Opslag Duurzame Energie) Afgeschaft per 1-1-2023

Ook was er separaat een overheidsactie in nov. en dec. van € 190 / maand direct op uw rekening!

### **Bijzondere aandachtspunten:**

Tot zover klopt voornoemde voor vaste contracten!!

Variabele contracten: Sommige leveranciers hanteren maandprijzen, sommige hanteren hun inkoop prijzen!!

Dit betekend, dat het contractjaar uiteenvalt in kleine periodes soms van dagen. Vattenfall valt hierbij erg op, daar kunnen de periodes, waarbinnen de kWh en m<sup>3</sup> prijs constant zijn, soms zelfs maar enkele dagen zijn

Ik geef hier geen voorbeelden, omdat de jaarrekening van elke leverancier weer anders is. Maar toch.....

### **Vertrouwen is goed, controle is beter!!**

Mocht u problemen hebben met uw jaarrekening, dan neem gerust contact op! Doe er uw voordeel mee!

Volgende keer: Hoeveel Energie (kWh) maar vooral hoeveel vermogen(kW) er nodig is om je woning te verwarmen!

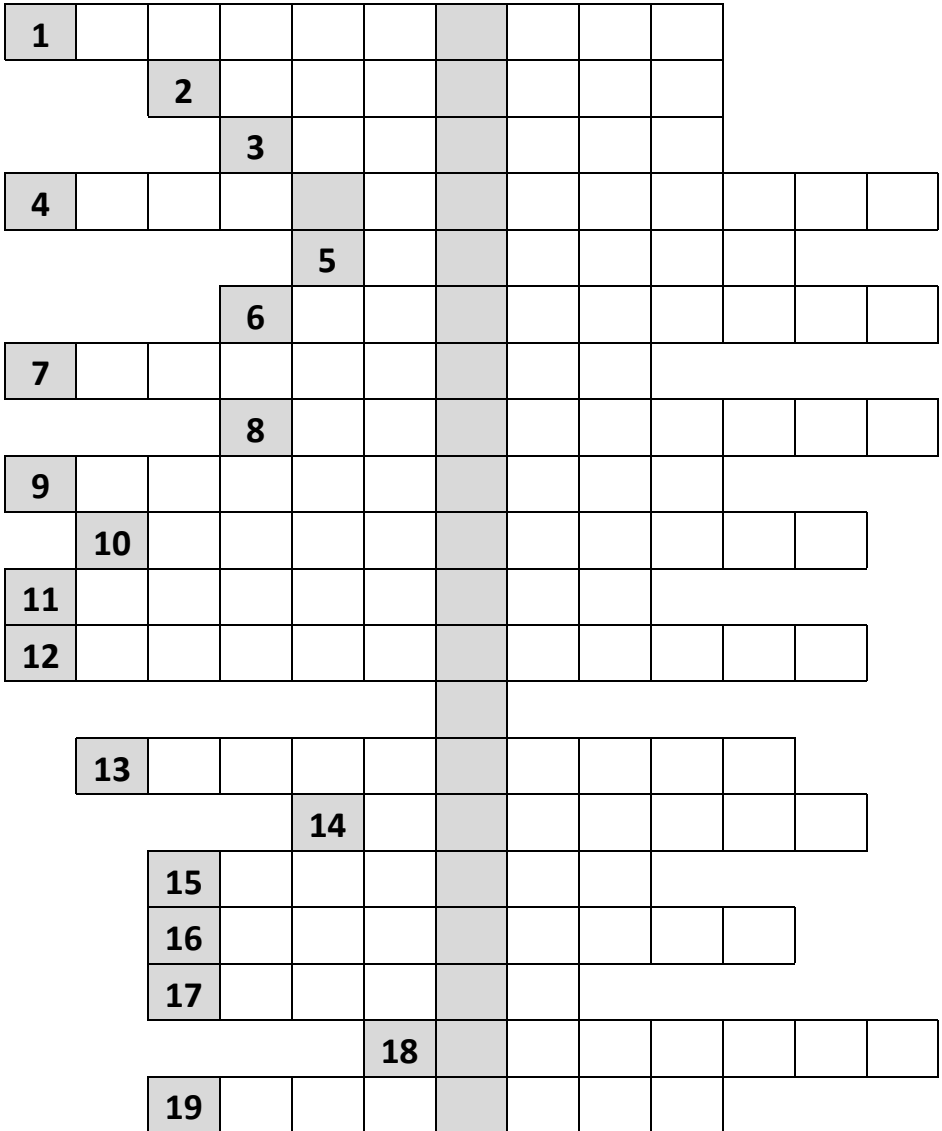
Henk Belgers

Email: [Henk@belgers.com](mailto:Henk@belgers.com)

Telefoon: 0613702563

Cordaad Energie Coaches

F I L I P P I N E



## Omschrijving:

**1)** start binnenkort weer op dinsdagavond **2)** populaire bezigheid op dinsdagmiddag en donderdagavond **3)** op welke dag vindt het kienen plaats **4)** recreatieruimte in Onze School (2 woorden) **5)** voortaan 2x maal per maand bingo **6)** hier heb je 3 ballen voor nodig, waarvan een wit **7)** kun je elke zondagmorgen vanaf 09.00 uur **8)** elke maandagmorgen aan de slag **9)** hoe noemt men de nieuwsbriefbrengers **10)** we delen alles met elkaar **11)** mensen van gevorderde leeftijd **12)** het verenigingsnieuws staat in de..... **13)** groep mensen met een bepaald doel **14)** leiding van een vereniging **15)** raadsel staat in de Nieuwsbrief **16)** dit clubje maakt heel mooie opnames **17)** middagmaal **18)** donderdag om 14.00 uur **19)** sport op 2 wielen, kun je ook bij de senioren

Stuur uw oplossing (het woord in het balkje) per **post of email** naar de **redactie van de Nieuwsbrief** voor **zondag 17 september** (inzenddatum kopij nieuwsbrief volgende maand).

**Zie pagina 2 voor inzendadres**

**Vermeld duidelijk uw naam, adres en telefoonnummer.**

De goede inzender wordt beloond met bonnen tot een waarde van **€ 10,00 af te halen in Ons Kwartier** en te besteden in Ons Kwartier.

Bij meerdere goede oplossingen wordt de prijswinnaar door middel van loting bekend gemaakt. Over de uitslag wordt niet gecorrespondeerd.

Redactieleden en bestuursleden zijn van deelname uitgesloten.

De prijswinnaar wordt in de eerstvolgende Nieuwsbrief bekend gemaakt.

**Oplossing prijswinnaar puzzel Nieuwsbrief augustus 2023**

Oplossing is: **Cranendonck** en de winnaar is **Jose van Mierlo**

**Seniorenvereniging Maarheeze Belangenvereniging voor 50+**

**IBAN Banknummer:** NL45 RABO 01307.05.969

Opricht 10 maart 1960 Ingeschreven bij K.V.K.-Eindhoven nr. 17229531

**Contributie:** € 20,= per jaar

**Inschrijven:** d.m.v.: inschrijfformulier te verkrijgen bij het secretariaat of in Ons Kwartier en inleveren in Ons Kwartier.

**Afmelden:** schriftelijk óf via email , voor 31 dec. van het lopende kalenderjaar, bij de ledenadministratie:

**Schriftelijk:** Peter Joppen, Bruine Akkers 17, 6026 DL Maarheeze.

**Via email:** phwjoppen1946@kpnmail.nl óf ons.kwartier@kpnmail.nl

\*\*\*\*\*

**Contactpersonen activiteiten:**

**Bezorging Nieuwsbrief en Ons:** José Melis 06 464 063 46

**Biljarten:** Leen Dekker tel 593352

**Bloemschikken:** Rita Masselink 06 295 085 40

**Darten:** Frans Timmermans tel 06 214 301 61

**Eetpunt 1:** Willy Kuipers tel 06 133 134 07

**Eetpunt 2:** Wil Thijssen tel 06 537 498 80 of 0495 592550

**Fietsen:** Peter Joppen tel 593247

**Fotoclub:** Anja Matheeuwsen, anja@luckymail.com

**Gezond bewegen:** Diana Guns-van Casand tel 06 135 032 78

**Haakaan:** Maria Nooijen tel 06 201 151 52

**Jeu de boules:** Frans Timmermans tel 06 214 301 61

**Kaarten:** Leo Dekkers tel 592387

**Kienen:** Mariet van Geldrop tel 592699

**Kleuren voor volwassenen:** Diana Peskens tel 591741

**Leesclub:** Wil Thijssen tel 592550

**Lief en Leed:** Anny Belgers tel 06 208 497 66

**Mannen van metaal:** André Thirion tel 06 171 516 99

**Nieuwsbrief:** Andre Meulman tel 592276

**Repair Café:** Jan Slegers tel 06 334 367 41

**Sjoelen:** Frans Timmermans tel 06 214 301 61

**Tuinieren:** Leo Vos tel 592264

**Voorzitter Werkgroep Ouderenadviseurs:** André Oud tel 591337

**Vrij kaarten op dinsdag:** Jan Vereggen tel 06 336 499 17

**Wandelen op zondag:** Gerrit van Hees tel 06 513 457 31

## **Bestuursamenstelling Seniorenvereniging Maarheeze**

### **Voorzitter:**

Arno Baks, tel 06 519 720 59, email: arnobaks@upcmail.nl

### **Secretaris:**

Willy Kuipers, tel 06 133 134 07,  
email: seniorenverenigingmaarheeze@gmail.com

### **Penningmeester:**

Frits van Meijl, tel 06 291 326 31, email: frits.van.meijl@gmail.com

### **Voorzitter Activiteitencommissie en Algemene Zaken:**

AnneMarie van Kuijk, tel 06 360 400 19,  
email: annemarievankuijk@gmail.com

### **Contactpersoon Communicatie, Nieuwsbrief en Website:**

Wil Thijssen, tel 06 537 498 80 email: wil.thijssen.hendriks@gmail.com

### **Contactpersoon namens de beheerders:**

aspirant bestuurslid Paul Linders, tel 06 156 812 59  
email: paul.linders@icloud.com

\*\*\*\*\*

## **Overzicht beheerders Onze School - Tel. Onze School 0495 623589**

<b>Maandagochtend</b>	Huub Peskens	tel 06 304 392 05
Middag	Hetty Winkelmolen	tel 06 543 200 70
<b>Dinsdagochtend</b>	Theo la Vallette	tel 06 134 514 88
Middag	Willem van Gijzel	tel 06 510 644 27
<b>Woensdagochtend</b>	Wendy van Mol	tel 06 546 488 21
Middag	Tina Spoorenberg	tel 06 535 915 02
<b>Donderdagochtend</b>	Paul Linders	tel 06 156 812 59
Middag en Avond	Frits van Meijl	tel 06 291 326 31
<b>Vrijdag</b>	Gerrit van Hees	tel 06 513 457 31
<b>Reserves</b>	Hans van den Akker	tel 06 274 488 51
	Arno Baks	tel 06 519 720 59
	AnneMarie van Kuijk	tel 06 360 400 19

## **Zaterdag en zondag wisselende diensten**

## Literatuurke:

### Kukeluusjen (lieveheersbeestje)

Ik schrik op  
wat was dat  
dan zie ik het  
een snuit, kleine pootjes  
een opvallend schild  
ik buig me voorover  
en kijk nog eens goed  
even raak ik in verwarring  
zo ken ik ze niet  
niet rood maar geel  
maar toch ook met stippen

Ik zet hem op mijn vinger  
en voor ik verder ga  
wandeland in mijn tuin  
vliegt hij alweer weg

Ik groet hem even  
met een glimlach  
dag kukeluusjen!

Even later loop ik mijmerend rond  
denk dan aan mijn Pake en Beppe  
voor hen was het een kukeluusjen  
en geen lieveheersbeestje.  
Vertederd denk ik aan die tijd van vroeger  
woorden leren uit hun dialect  
voor mij alweer vervlogen woorden  
die komen en ook weer gaan  
net als het kevertje dat net op mijn vinger zat  
of een herinnering aan een andere generatie

Veerle Dietvorst

