

Actief

NIEUWSBLAD VAN PVGE BEST - JAARGANG 23, NR.5 OKTOBER 2024



**De Doortrappen Fietsquiz
12,5 jaar Zanggroep BestLeuk
Glowgolf, een uitdaging**



Voorwoord 2

Reisverslag Zwitserland Italië 3

Rijksmuseum Plusbus 4

Op Restaurant 5

Fietsquiz 5

Treinreis Heerlen 6

Reisverslag treinreis Düsseldorf 6

Genealogieclub op excursie 7

12,5 jaar ZangGroep BestLeuk 8

Zin in vrijwilligersjob? 10

Meedoen met GezondBest 10

De Liberationroute 11

PVGE Zangkoor Kerstconcert 12

Nieuwe clubcoach schilderclub 13

Senioren Trefpunt zonder beheer 13

PVGE-Kerstfeest 14

Gerard van Maasakkers 14

Elke maand lezing 15

Ra ra, waar in Best 15

Avondje-Uit 15-jarig bestaan 16

'Into D'mentia demonstraties 17

Glowgolf 17

Wist je dat... 18

Trefpunt Reizen 18

Evenementenkalender 18

Nieuw inschrijfformulier 19

Puzzel 21

Ledenadministratie 24

Caleidoscoop 26

Bestuur 28



Voorwoord

Beste mensen,

Er staat bij de PVGE weer van alles te gebeuren in de maanden oktober en november! Behalve meedoen met een of meer van onze 30 clubs kun je met de bus naar Maastricht, met de trein naar Heerlen, hebben we een excursie naar Den Bosch over ons erfgoed, kun je meespelen met een Fietsquiz en kun je mee naar het theater. Ook is er elke maand een interessante lezing om bij te wonen. Dus kijk dit blad goed door en geef je op als je mee wilt doen, want te laat opgeven is achter het net vissen.

Gezondheid

De vakantie is voorbij, wellicht het moment om eens te bedenken of je wat zou willen werken aan je conditie en gezondheid. PVGE Best is trekker van het project 'GezondBest samen fit', waarin je de weg vindt naar activiteiten en mogelijkheden om met anderen samen de voor jou beste mogelijkheden in Best te vinden. Lees er meer over in deze Actief.

Wie gaat ons meehelpen?

Na mijn oproep in vorige Actief over de verschillende vacatures die er bij de PVGE zijn, heeft zich één vrijwilliger gemeld: voor Klushulp. Op de andere interessante vacatures heeft niemand gereageerd. Maar we hebben toch echt hulp nodig:

- > bij de Kookclub (een begeleidende kok)
- > bij de Treinreisclub (een reis organiseren)
- > bij de Belastingservice (leden een handje helpen met belasting invullen) en
- > bij de Evenementencommissie (helpen bij de bardienst, de zaalopbouw, bij evenementen of als secretaris).

En als we al onze activiteiten willen voortzetten is ook een voltallig bestuur echt onontbeerlijk en moet er een nieuwe voorzitter komen die de huidige opvolgt.

Ben je bij nader inzien toch geïnteresseerd in een van deze vacatures? Kijk dan ter oriëntatie op onze website onder het kopje Vereniging > Vrijwilligers > Vacatures of bel mij zelf op tel. 06-30638128.

De vakantie is voorbij; we hebben weer tijd om van alles te ondernemen!

Cor van den Bosch (voorzitter)



waar vele verongelukte bergbeklimmers van de Monte Rosa begraven liggen op het kerkhof. Ook bezochten we een typisch Walser-Duits huisje, ingericht als museum. Dat was leuk omdat veel dingen herkenbaar waren.

De laatste dag in Italië bezochten we een markt en vele boetiekjes in Intra aan het Lago Maggiore waar we natuurlijk ook een heerlijk ijsje hebben gegeten.

Een prachtige en onvergetelijke reis naar Zwitserland en Italië

Op 25 augustus reden we vanuit Best met de bus naar Savognin in Zwitserland.

Overweldigende uitzichten

De volgende dag was de Bernina Express een van de hoogtepunten van onze reis. Het was heel overweldigend, diepe ravijnen, begroeid met slanke hoge dennenbomen. Bij de Morteratsch-gletsjer waar de trein even halt hield, konden we prachtige foto's maken van hoge bergtoppen waar sneeuw op lag en genieten van het uitzicht. Hoe mooi het was is moeilijk onder woorden te brengen. Maar iedereen voelde het en deelde het met elkaar.

Imponerende gletsjers

Op dinsdag stond een andere treinreis op het programma. Voorafgaand hadden we vrije tijd in Chur waar we o.a. de Maria Himmelfahrt Kirche bezochten. Hierna verzamelden we bij het station om met de Glacier Express naar Andermatt te reizen. Onderweg zagen we witte rotswanden en genoten van het Zwitserse landschap. We passeerden de Oberalppas waar de Rijn en de Rhône ontspringen.

Prachtig, lieflijk Lago Maggiore

Een dag later reden we langs het Lago Maggiore naar Arona. Het zag er prachtig en lieflijk uit, echt een vakantiegevoel. Net buiten Arona bezochten we een imposant standbeeld van 35 meter hoog van San Carlo Borromeo. Bijzonder waren de uitgedeelde oortjes die we van Rob kregen waardoor we onze gids op afstand konden horen.



In Arona hebben we rondgewandeld en daar kwamen we een grote prachtige stenen kerststal tegen.

Er stond nog een treinreis op het programma. Met de kleurrijke Palmen Express zijn we vanaf Domodossola langs stuwmeren en Santa Maria Maggiore naar Locarno gereden. In Locarno hadden we langere tijd om een indruk van deze stad te krijgen.

Prachtige panorama's

Het bezoek aan Monte Rosa was heel overweldigend, indrukwekkend. Als mens voelden wij ons heel nietig. Tijdens de stoeltjeslift snoven we de geuren op en voelden we de stilte. We hoorden de kracht van het gletsjerwater dat naar beneden kwam en het geluid van de koeienbellen. Met de gids maakten we een kleine wandeling naar de gletsjer met als beloning een prachtig panorama. Daarna kregen we een lunch aangeboden met streekgerechten. Dat was fantastisch.

Euwenoude lindeboom

Onder leiding van de gids bezochten we Macugnaga met zijn oude lindenboom uit het jaar 1100 en een stamomtrek van 7 meter, en de oude kerk

De terugreis was in 2 dagen verdeeld waarbij we over de Gotthardpas gereden zijn. Daar werd verschillende keren gestopt om te genieten van het uitzicht wat zeker de moeite waard was.

Chapeau voor John

John, de buschauffeur, heeft ons voortreffelijk gereden. Ongelofelijk knap. Chapeau!! Elany, zijn kleindochter, heeft ons tijdens de busreis van drankjes voorzien. Beiden Hartelijk dank!! Maar een extra bedankje voor de reiscommissie, speciaal voor Rob. Altijd was hij er voor iedereen. Ook een bedankje voor alle medereizigers waardoor de reis heel aangenaam en gezellig was, wat blijkt uit het lange nazitten op het gezellige terras bij het hotel buiten na het diner. Want het was altijd mooi weer.

Samen met Ton was dit onze eerste onvergetelijke reis met de PVGE.

Een uitgebreider verslag vind je op de website: <https://www.pvge.nl/best/vlieg-en-busreizen/>

Groetjes Hanny Vermaesen



Met de Museum Plus bus naar het Rijksmuseum in Amsterdam

Het Bestuur van de PVGE te Best heeft op attente wijze weten te bewerkstelligen dat PVGE-senioren zich konden inschrijven voor de MuseumPlusbusreis naar het Rijksmuseum te Amsterdam. In totaal namen 39 senioren op maandag 2 september 2024 deel aan de reis omdat zij "de gelukkigen waren" die op tijd hadden ingeschreven.

De coördinatie van deze reis was in goede handen van Truus Emmers die als een bezorgde "oermoeder" het haar toevertrouwde "kroost" op goede wijze naar en van het museumbezoek begeleidde, ondersteund door enkele bekwame assistenten die fungeerden als aanspreekpunt. De grote groep vormde dit zeer gezellige en "volgzame kroost" en het betrof dan ook een alleszins leuk gezelschap.



Met de bus op stap

Tegen negenen vertrok de "Museum Plus Bus" vanuit Best richting Amsterdam, in handen van een eminente chauffeur die gedurende de gehele reis - waar nodig - ons de nodige informatie verstrekke, maar ook de grote bus door de "grote stad Amsterdam" loodste; een stad die hij bleek te kennen als zijn broekzak...



De hoogzomerse buitentemperaturen werden in de bus gepareerd door de heerlijk verkwikkende airconditioning. Ook onze voettocht door het museum, waarbij eenieder die wilde een handzaam stoeltje mee kon krijgen, was comfortabel, omdat ook daar de klimaatbeheersing perfect werkte.

Vooraf aan het Rijksmuseum, werden we nog getrakteerd op een lekker bakkie koffie van de Vriendenloterij, om deze Brabantse oergewoonte veilig te stellen, gevolgd door een heerlijke lunch die onze PVGE voor rekening nam!

In het museum

In het Rijksmuseum aangekomen werden we allereerst door Peter - de coach van de Vriendenloterij - hartelijk welkom geheten. Voorzien van een koptelefoon hoorde ieder perfect de toelichting van de gids over de tentoongepreide topkunst.

Na de rondgang met de gids konden we vervolgens onze eigen weg door dit unieke wereldmuseum banen door de immense bibliotheek en langs de vele kunstwerken.

Kwart over drie verzamelden we ons op de afgesproken centrale plaats in het museum om dankbaar in de veilige handen van onze eminente chauffeur en goede zorgen van coach Truus Emmers en haar assistenten weer veilig huiswaarts te keren. Het was in alle opzichten een schitterende, zeer memorabele dag en daarmee ook voor allen: een échte weldaad.

Dit is een verkort verslag van Chris van den Hoogen. Een uitgebreid verslag met foto's vind je op de website van PVGE Best bij 'Busreizen'.



notariskantoor
van Luijn
Bosseweg 7 Best - Tel.: (0499) 37 41 74 - info@notariskantoorvanluijn.nl

PEDICURE SCHOONHEIDSSPECIALISTE
TRUUS EMMERS
Jacob van Wassenaarstraat 44 telefoon: 06 24151068

Pedicure complete behandeling	Gezichtsbehandelingen
Pedicure kleine behandeling	Harsen, epileren, wenkbrauwen verven
	Manicuren



Op Restaurant

In oktober blijven we net als vorig jaar lekker dicht bij huis bij Grand Café De Bank, Raadhuisplein 30b, Best. Het wordt een driegangenmenu met keuze uit vlees of vis voor de prijs van € 27,50 p.p. excl. drankjes.

En in november gaan we naar 't Zand, Brabants Gastvrij, Bestseweg 52, 5688 NP Oirschot.

Ook hier een driegangenmenu met

keuze uit vlees of vis voor de prijs van € 28,50 p.p. excl. drankjes.

In december gaan we niet Op Restaurant. Dan organiseert de evenementencommissie het jaarlijkse Kerstfeest waarvoor ook iedereen wordt uitgenodigd.

Samenvattend:

17 oktober: Rest. Grand Café De Bank
Raadhuisplein 30b, 5683 EA Best
Prijs: € 27.50 p.p. excl. drankjes

14 november: 't Zand, Brabants Gastvrij
Bestseweg 52, 5688 NP Oirschot
Prijs: € 28,50 p.p. excl. drankjes

De restaurants zijn open vanaf 17.30 voor een drankje vooraf. Het diner is om 18.00 uur.

Aanmelden tot 7 dagen van tevoren. Kosteloos annuleren kan tot 5 werkdagen van tevoren.

Daarna kunnen wij betaling vragen mocht het restaurant dit ons in rekening brengen.

Aanmelden liefst via de website (www.pvge.nl/best/op-restaurant). Alleen degenen die dat niet kunnen mogen het inschrijfformulier in deze Actief gebruiken en inleveren bij

René Hendriks Zevensprong 31 in Best.

Doe mee met de 'Doortrappen Fietsquiz' op 21 oktober in het Senioren Trefpunt

Op maandag 21 oktober kun je jezelf uitdagen in het Senioren Trefpunt door mee te doen aan de 'Doortrappen Fietsquiz'. Deze quiz maakt deel uit van het programma Doortrappen, een initiatief van het ministerie van Infrastructuur en Waterstaat, dat zich richt op het bevorderen van de veiligheid van ouderen op de fiets onder het motto 'veiliger fietsen tot je 100ste'.

Uiteraard doen we als PVGE Best hieraan mee. De Doortrappen Fietsquiz bestaat uit 20 meerkeuzevragen die we als één team gaan beantwoorden, dus niet individueel tegen elkaar!

Op maandagavond 21 oktober komen we om 19.30 uur hiervoor bij elkaar in het Senioren Trefpunt. Na een 'warming up' onder leiding van deskundigen van VVN-afdeling Best gaan we samen de uitdaging aan, praten we over de vragen en kiezen we samen het beste antwoord. Dat zal nog aardig wat discussie geven....

In den lande spelen er meer teams. De best scorende organisaties/verenigingen kunnen een aantal van hun spelers afvaardigen voor de grote Doortrappen Fietsquiz Finale in het Provinciehuis in Den Bosch op 27 november

2024. Hier wordt 'gestreden' om een mooie hoofdprijs! Die willen we als PVGE natuurlijk proberen te bemachtigen....

Als deelnemer kun jij zelf kiezen of je in aanmerking wilt komen voor een finaleplaats. Hier hoeft je nu nog niet over na te denken, maar je geeft dit op de avond zelf door.

We hopen op een volle bak met lekker veel fietsdiscussie.

Inschrijven

Deelname aan deze avond kost je niets. Vanwege de maximale capaciteit van de zaal vragen we je om toch in te schrijven via de website van PVGE Best. Dat kan in principe tot de dag ervoor, zondag 20 oktober, maar bij grote belangstelling zullen we de inschrijving eerder sluiten. Omdat we spelen als PVGE Best is deze avond enkel voor leden van PVGE Best toegankelijk. Voor meer informatie: bel Henriette Stoffelen, tel 06-38128985



Dinsdag 12 november Treinreis naar Heerlen: Nederlands Mijnmuseum en Glaspaleis Schunck

Heerlen is een bijzondere stad. In de Romeinse tijd bestond het al als Coriovallum, met een marktplaats voor aardewerk en agrarische producten. En met een badhuis, dat liefst 400 jaar is gebruikt en waarvan restanten nu nog te zien zijn in het Thermenmuseum. In de vorige eeuw zorgde de steenkoolwinning voor welvaart en groei, zoals te zien in het Mijnmuseum. De sluiting van de mijnen bracht werkloosheid en tegenspoed. Maar enkele markante gebouwen zijn bewaard gebleven, zoals het 'Glaspaleis', een voormalig warenhuis dat nu in gebruik is als cultureel centrum. Heden ten dage is Heerlen ook bekend om zijn 'street art', kleurrijke muurschilderingen die overal in de stad te zien zijn.

Programma

Brigid de Wals heeft deze reis naar Heerlen georganiseerd. Om 9 uur verzamelen we bij het NS-station in Best voor de trein van 9.15 uur. Na de overstap in Eindhoven komen we om 10.41 uur aan in Heerlen. We lopen in ca. 20 minuten naar het Nederlands Mijnmuseum, waar we worden ontvangen met koffie en (natuurlijk!) vlaai. Daar krijgen we een rondleiding van ongeveer anderhalf uur door het museum (vier verdiepingen) waar het mijnverleden van de stad wordt verteld.

Na de rondleiding heb je een paar uur vrije tijd om zelf in te delen: bijvoorbeeld rondkijken in het Mijnmuseum, een bezoek brengen aan het Thermenmuseum (gratis met museumkaart of vriendenloterij-VIP kaart), lunchen of het stadscentrum bekijken. Ook aanbevolen: het Schunckmuseum in het Glaspaleis met meer dan honderd werken en objecten van het Andy Warhol museum in Pittsburgh (Entree € 15,- met museumkaart € 5,50, gratis met vriendenloterij VIP-kaart).

Zie www.schunck.nl/museum/agenda/andy-warhol-vanitas



We verzamelen weer om 15.15 uur in de centrale hal van het Schunck Glaspaleis dat gratis toegankelijk is. Hier krijgen we eerst een korte film te zien en dan een rondleiding door de geschiedenis, bijzondere architectuur en huidige functies van het gebouw.

Diner:

Om 17.00 uur worden we verwacht bij Tapasrestaurant La Cubanita, Honigmannstraat 29, op 10 minuten lopen van zowel Glaspaleis als station. Hier krijgen we een selectie van tapas verdeeld over 3 rondes. Drankjes en eventueel toetjes zijn voor eigen rekening. Met de trein van 19.49 uur zijn we om 21.15 uur terug in Best.

Inschrijven

Kosten en inschrijving

De prijs is 55,- p.p. Hierbij is inbegrepen: entree Mijnmuseum, koffie/thee vlaai, rondleiding mijnmuseum, film en rondleiding Glaspaleis, tapasdiner. De incasso vindt plaats op 11 november. Inschrijven kan tot en met **25 oktober**; bij voorkeur via de website, of anders via het inschrijfformulier in deze Actief.

2-daagse treinreis naar Düsseldorf: Hoe prachtig het was en hoe warm!



De reis naar Düsseldorf op 18 en 19 juli was voor de reizigers uiterst comforta-

bel voorbereid door Dick en Ellen de Jong. Treintickets Venlo-Düsseldorf v.v. en Düsseldorfkaarten-openbaar vervoer waren vooraf aangeschaft. Bagage kon in de kluisjes van het station. Daardoor was iedereen vrij om van alles te genieten wat er was georganiseerd.

Sfeervolle Altstadt

Dat begon met een rondleiding in de Altstadt die ons voerde langs het Rathaus met daarvoor staande het Jan-Wellem ruitersstandbeeld, de Sint Lambertuskerk, de Königsallee, de Rheinuferpromenade, de Schlossturm en de



Carlsplatz met een grote overdekte versmarkt. De Altstadt is een aaneenschakeling van terrassen en restaurantjes waar het lokaal gebrouwen Altbier op elk terras verkrijgbaar is.



Dick en Ellen hadden voor de reizigers een fijn hotel met airco geboekt. Dat werd zeer gewaardeerd, omdat het in Düsseldorf gedurende de twee dagen dat we er waren, 32 graden was.

Verrassend Schloss Benrath

De ochtend van de tweede dag was vrij te besteden. De excursies 's middags werden afgesloten met een bezoek aan het Schloss Benrath. Een prachtig slot bestaande uit een paleis met schitterende zalen, een natuurmuseum met diorama's en een museum over de geschiedenis van het slot. Een prachtige landschapstuin met het door vijvers omzoomde slot.

Gezellige Bistro

Weer terug in het centrum werden we onthaald in een gezellige bistro. De wijn en prosecco stonden al te koelen in het ijs. Intussen had iedereen in de afgelopen dagen al uitgebreid met elkaar kennis gemaakt, voor zover men elkaar al niet van eerdere reizen kende. Nieuwelingen werden hartelijk opgenomen in het gezelschap en voelden zich snel thuis. Het was een gezellig gebabbel. Het driegangendiner smaakte ieder uitstekend. Weer thuis kon iedereen terugkijken op twee prachtige dagen, met dank aan Dick en Ellen.

De Genealogieclub ging op excursie naar het RHC.....

Het was heel interessant, het was heel prettig én het was heel erg informatief.

De genealogieclub ging op bezoek bij het RHC, het Regionaal Historisch Centrum; in de volksmond, het archief in Eindhoven.

Daar hadden meerdere leden van de genealogieclub wel zin in om eens achter de schermen te kunnen kijken, wat er allemaal te zien is en wat men daar allemaal doet en bewaart. Cor en Koos hebben zich letterlijk uit de naad gewerkt om een moment te vinden dat zoveel mogelijk leden deel konden nemen aan deze excursie. Maar dat was ook wel echt de moeite waard. Zelfs het weer hadden ze geregeld, het was minder warm vandaag.

We werden verwelkomd door Manon. Samen met Loes hadden zij tijd en ruimte gemaakt om ons van alles te laten zien en te vertellen. Na de koffie met iets lekkers vertelde Loes over het RHC. Hier liggen alle belangrijke documenten van heel Zuidoost-Brabant. Alles in kluizen (depots) op meerdere etages in het gebouw.

"Ja", zegt Loes, "Alles bij elkaar hebben we hier wel 14 km documenten". Bijna alles is voor iedereen ter inzage: Boeken van de kerk met gegevens over doop, huwelijk en overlijden sinds de 16de eeuw; documenten van meer dan twintig gemeenten vanaf 1811; maar ook informatie over gevangenisstraffen en boeken van de notaris

en stichtingen. Een schat van onze historie, alles keurig gestructureerd en mooi opgeborgen. Maar wel ter beschikking van iedereen.

Vervolgens gingen we naar een depot in de kelder en een depot op de vierde etage. In de koele ruimte met allemaal kasten die we met een groot wiel konden openen. Manon en Loes hadden al stukken en documenten voor ons ter inzage klaargelegd. We gingen de dubbele deur binnen en werden verwonderd, door alles wat we hier zagen. Een prachtig kerkboek uit Best, uit de 16de eeuw met geboorten, huwelijken en overlijden. Toen was er dus al een kerkje in Best en werd al opgeschreven, wie hier woonde en leefde. Maar ook kaarten over de Bata van voor de tweede wereldoorlog. Heel bijzonder allemaal. Op een verzoek van Han werd voor ons het oudste do-



cument uit een kast gehaald en mochten we dat bewonderen: een akte uit de 13de eeuw met een prachtig zegel. Het betreft een toestemming van de hertog om aan bewoners van Nuenen een stuk grond te mogen bewerken. (Grond, die de hertog zich toe-eigent, maar het is grond die bewoners al jaren in gebruik hebben.) We bekeken ook het foto- film- en posterarchief. Indrukwekkend waren de posters die nog van de oorlog bewaard zijn. Aan het einde bedankte Cor de beide dames en sprak de hoop uit dat veel mensen de weg naar het archief zullen vinden. Het was héél erg boeiend en héél erg de moeite waard.

Als je je familiestamboom wilt uitzoeken, kan het RHC je helpen. Dat is dinsdags en donderdags voor publiek open, maar je kunt ook heel veel informatie vinden op hun site: www.rhc-eindhoven.nl

Het adres is: Raiffeisenstraat 18, 5611 CH Eindhoven

Jan Cremers





12,5 jaar ZangGroep BestLeuk

In november 2011 is het allemaal begonnen. In navolging van het jaarlijkse smartlap zingen in Oirschot ontstond een zangclub van 35 leden. Deze club had als doel zich te gaan bekwamen in het zingen van Brabantse liedjes, levensliederen en populaire meezingers. Er was nog wel plaats voor een extra club bij PVGE die door Ans van der Steen tot "ZangGroep BestLeuk" werd gedoopt. Wat is er geworden van BestLeuk na 12,5 jaar? En hoe is dat afgelopen jaar gevierd?

7 mei: Feestmiddag

Op 7 mei 2024 werd een feestmiddag gevierd, vooral bedoeld om een gezellige sfeer te creëren en het gevoel van verbondenheid onder de leden te vergroten. Het zingen gaat zoals altijd weer geweldig. We beginnen met: "Ik droom van Brabant" en na een uur zingen, als de klanken van "Sierra Madre" zijn verdwenen weet iedereen dat het tijd wordt voor de interne mens. Heerlijk keuvelend en onder het genot van een drankje zien wij hoe even later een koud en warm buffet wordt binnengebracht en over enkele tafels wordt tentoongesteld. Genieten van een buffet was in ons vorige clubhuis "buurthuis 't Centrum" een jaarlijks gebruik. Het valt ook nu weer geweldig in de smaak en blijkt voor de nieuwelingen een unieke happening: "Zo'n buffet heb ik nog nooit gezien bij een club, en dat voor 70 leden!".



Ons clubhuis

ZangGroep BestLeuk heeft zijn clubhuis nu in 't Tejaterke. Voor de huur betalen wij elke maand een redelijke vergoeding. De grote zaal biedt meer dan voldoende ruimte om met een grote groep zangers een middag gezellig muzikaal door te brengen. Wij kunnen gebruik maken van de foyer en de keuken. De leden die zich hebben aangemeld voor de bardienst zorgen voor het zetten van koffie en thee en zij zorgen ook voor de verkoop van de drankjes. Na afloop van de bijeenkomst zorgen zij dat in de keuken en de foyer alles schoon is en opgeruimd achtergelaten wordt. Enkele weken eerder is de modernisering van de verlichting van de grote zaal opgestart. Alle verlichtingszaken, schakelkasten en bekabeling lagen over de vloer uitgespreid. De vrijwilligers hebben tot op het allerlaatste moment keihard gewerkt om het tot dan toe bijna lege plafond tijdig te voorzien van led-noodverlichting en is er zoveel mogelijk opgeruimd.



Onze muziek

Ons eigen orkest bestaat uit Walther die op een elektronische accordeon speelt en nog een Walter die erg virtuoos is op gitaar. Walther speelt niet alleen geweldig maar deelt ook zijn muzikale talent met andere muzikanten door het schrijven van passende mu-

ziekpartijen. Hij doet dat niet alleen voor BestLeuk, maar ook voor de zanggroepen uit Mierlo. Daar verzorgt hij óók de muzikale begeleiding samen met Walter op gitaar, met Henri en Jeanne op accordeon en met Arthur op de banjoline. Een banjoline is een snaarinstrument dat zich laat bespelen als een mandoline maar klinkt als een banjo. Samen met dat drietal en de twee zanggroepen spelen zij hier in 't Tejaterke.

Een zangmiddag biedt niet alleen de gelegenheid om onze zangvaardigheden te verbeteren, maar ook worden er relaties versterkt en nieuwtjes uitgewisseld. Dit kan tijdens de pauze, maar ook na het zingen zijn er altijd aardig wat zangers die nog even blijven.

4 juni: De jaarlijks Meezingmiddag

Tijdens onze jaarlijkse Meezingmiddag op 4 mei hebben wij heerlijk gezongen, samen met een groot aantal gasten die vanaf de tribune flink van zich lieten horen. We hadden duidelijk te maken met ervaren meezingers die zich mede door ons enthousiasme lieten meevoeren. Na de pauze en een drankje om de kelen te smeren zijn we doorgegaan tot alle liedjes uit het boekje de revue waren gepasseerd. Klappers als "Bella Italia" en "'t Is moeilijk bescheiden te blijven" gingen er goed in en ook het snelle lied "Ai ai Olga" lukte grandioos.





Diezelfde middag meldt Marjan zich met een nieuwtje: "Ik heb een sponsor voor een touringcar met chauffeur, zou het niet leuk zijn als wij in augustus met een bus vol zangers uit Mierlo samen met BestLeuk in 't Tejaterke komen zingen?"

Dat lijkt mij een grandioos idee, als je dat voor elkaar krijgt geef ik een rondje. Marjan en haar moeder, de echtgenote van onze accordeonist Walther, komen maandelijks naar BestLeuk. In hun woonplaats Mierlo zijn zij ook bij 2 zanggroepen, "Samen Zingen" en "De Kersenhoedjes".

Enkele dagen later: Hoeveel heb je er al Marjan? ... De bus is al half vol. Wij leven echt toe naar het evenement op 6 augustus. Marjan heeft de taak op zich genomen om met een volle bus naar Best te komen met daarin 50 leden van de beide Mierlose zanggroepen. Marjan is daar ook lid en is altijd stand-by om zo nodig tijdelijk de leiding over te nemen.

6 augustus: Samen zingen met onze gasten uit Mierlo

Op 6 augustus is het zover. 's Morgens om 11 uur gaan we 125 stoelen klaarzetten. Tegen 13.00 uur zijn we paraat in 't Tejaterke om de gasten te ontvangen. Een whatsappje vertelt ons dat de bus uit Mierlo al 10 minuten onderweg is.

Tegen half twee komen de eerste gasten 't Tejaterke binnenlopen. De muzikanten gaan rechtdoor naar de zaal, waar de twee Walt(h)ers al bezig zijn met het aansluiten en inregelen van



hun apparatuur. De andere gasten scharen zich bij de aanwezigen in de foyer en beginnen met een kopje koffie of thee.

Gekscherend heeft Walther weleens gesproken over de 'Mastreechter Staar uit Best', maar nu hebben wij hun aantal zangers (101) met 125 ruim overtroffen. De orkestleden hebben elk hun eigen ventilator klaargezet om oververhitting op deze hete zomerdag te voorkomen.



Na een half uurtje heet Cor, onze voorzitter van de PVGE, onze gasten welkom en wenst iedereen een fijne zangmiddag. Even later begeeft men zich naar de zaal.



Blijde gezichten

Het enthousiasme in de zaal is duidelijk al voelbaar, overal zie je blij gezichten. Het gaat hier met het zingen duidelijk niet om een technisch hoogstandje maar om pure emotie. Als de muziek inzet zingen we luidkeels "Que sera" en "Je mooie blauwe ogen" en gaan helemaal uit ons dak als het Olé klinkt van Imca Marina. Zelfs accordeonist Henri kan zich niet meer inhouden, gaat staan en galmt lekker mee. Tijdens een korte pauze besluiten we om wegens de tropische hitte ons programma wat in te korten. We zingen eerst 'De mooiste jaren komen nog', want je moet altijd positief blijven. Met 'Mijn Nederland' gaat het dak er af, tjonge wat een geweldig lied is dat.



Terwijl iedereen zichtbaar geniet komen we langzaam bij het einde van deze muzikale gezelligheid, maar eerst komt Marjan nog naar voren en vraagt of ze de microfoon even mag vasthouden. Ze vraagt of iedereen het naar de zin heeft en ze bedankt 'namens Mierlo' Ton als bevroegen clubcoach voor zijn nooit aflatende enthousiasme en voor de geweldige en hartelijke ontvangst deze middag. Onder luid applaus wordt een mooi bloemstuk overhandigd.

Vervolgens geeft Marjan aan dat zij nóg iemand wil bedanken. Iemand die nooit op de voorgrond staat, die rots in de branding, die stille kracht... Ans van der Steen. Ook dat herkent iedereen en wederom klinkt er een luid applaus. Voor Ans heeft Marjan vanuit Mierlo Kersendorp de heerlijke welbekende Mierlose Zwarten meegenomen. Met een mooie bloes op de wangen worden deze in ontvangst genomen. Marjan geeft de microfoon snel terug aan Ton en die kondigt aan dat we nu echt aan het slotlied gaan beginnen... 'Sierra Madre'. Iedereen gaat staan en heerlijk zingend ronden we af. Warm maar met een blij gemoed lopen we naar de foyer, waar een verfrissing op ons wacht.

En zo hebben we allemaal wéér ervaren dat de kracht van muziek en het samen zingen stressniveaus verlaagt en een gevoel van vreugde creëert.

Ton van der Steen



Zin in een leuke vrijwilligersjob?



Zie jij dat wel zitten? Neem voor meer informatie contact op met Sjef van Gastel: 0683214814 of stuur een e-mail naar clubcoordinator@pvge-best.nl

Wie wil met ons mee biljarten?

Biljarten is gezellig, ontspannend en je bent onder de mensen. De biljartclub is een gezellige vriendenclub en heeft op dit moment 12 leden. Het zijn er eigenlijk te veel voor één ochtend, maar weer te weinig voor twee ochtenden. Wij zouden graag willen uitbreiden naar twee ochtenden, maar dan hebben we wel versterking nodig. Lijkt het je leuk om ook te biljarten? Word dan lid van de biljartclub! Heb je interesse of vragen? Bel dan Sjef van Gastel: 0683214814 of stuur een e-mail naar: clubcoordinator@pvge-best.nl

Kok voor begeleiding Kookgroep

De Kookclub zoekt een kok voor de begeleiding op de maandagen. Op dit moment heeft de Kookclub twee groepen; op maandag en op donderdag. De huidige kok begeleidt nu beide groepen maar met ingang van 2025 is hij alleen beschikbaar op de donderdagen. Wie houdt van koken en ziet het als een uitdaging om de begeleiding van de kookclub op de maandagen op zich te nemen?

Een keer per maand samen een viergangenmenu koken en aansluitend, onder het genot van een goed glas wijn, met elkaar aan tafel! En daarna nog even afwassen samen Het huidige plan is 3 maandagen in maart, april en mei en 3 maandagen in september, oktober en november, maar in overleg kan dat worden aangepast.



Meedoen met 'GezondBest samen fit'



Heb je na de vakantie ook het idee dat het goed zou zijn iets te doen aan je gezondheid en je welzijn? En zou het fijn zijn als je daarbij wat hulp krijgt? 60 mensen hebben tot nu toe al deelgenomen aan het project 'GezondBest samen fit'. Zij vonden de weg naar een gezonde leefstijl. Er zijn daarbij verschillende mogelijkheden.

- Als je wel iets wilt gaan ondernemen, maar nog niet precies weet wat, kun je meedoen in een groepje, waarin je

onder begeleiding van een lifestyle-coach voor jezelf doelen vaststelt. Dat doe je nadat je te weten bent gekomen wat er in Best allemaal mogelijk is. Van al die verenigingen en organisaties komt er iemand vertellen wat er te doen is. Je kunt daar ook een keer zonder kosten aan meedoen.

- Een andere aanpak is om al direct mee te doen met iets wat je boeit. Bijvoorbeeld een workshop Gezond Koken of wandelingen met eenvoudige

oefeningen, of de 'Bestse Kwiekroute' lopen. Zo kun je zien of het je ligt en het leuk vindt om er verder mee door te gaan. Met meer contacten, activiteiten, bewegen en gezonder eten.

In de workshop 'Gezond koken' maak je kennis met andere mensen die ook graag willen koken, kun je mooie gezonde recepten uitproberen en daarna samen verorberen. De boodschappen daarvoor worden vaak beschikbaar ge-

steld door een plaatselijke supermarkt. Deelname is daardoor niet prijzig.

In een wandelgroepje loop je met andere deelnemers een aantal mooie groene routes door Best met een coach, waarmee je onderweg eenvoudige oefeningen doet om je souplesse en evenwicht te verbeteren.

Wil je meedoen?

Het programma 'GezondBest samen fit' nodigt je uit tot positieve gezondheid:

wat je wilt gaan doen om je goed en gezond te voelen: meer contacten, meer activiteiten, meer bewegen, gezonder eten.

Het is een initiatief onder regie van de Gemeente Best in samenwerking met de SeniorenRaadBest, de PVGE, de GGD en Fysiotherapie Daane. Wil je meer informatie of wil je er ook aan meedoen? Stuur dan een mailtje naar gezondbest.samenfit@gmail.com of bel voor een kennismaking de coach Wilma Hartman op 06-83992267.

Fiets eens de 'Liberation route'



Op drie dagen in september 1944, werden in het gebied tussen Best en Son in totaal 4500 (!) parachutisten van de Amerikaanse Airborne division uit Dakota's gedropt. De mensen dachten toen dat de bevrijding snel nabij was, maar in plaats daarvan werd er in allerlei plaatsen hevig gevochten, waarbij vele doden vielen.

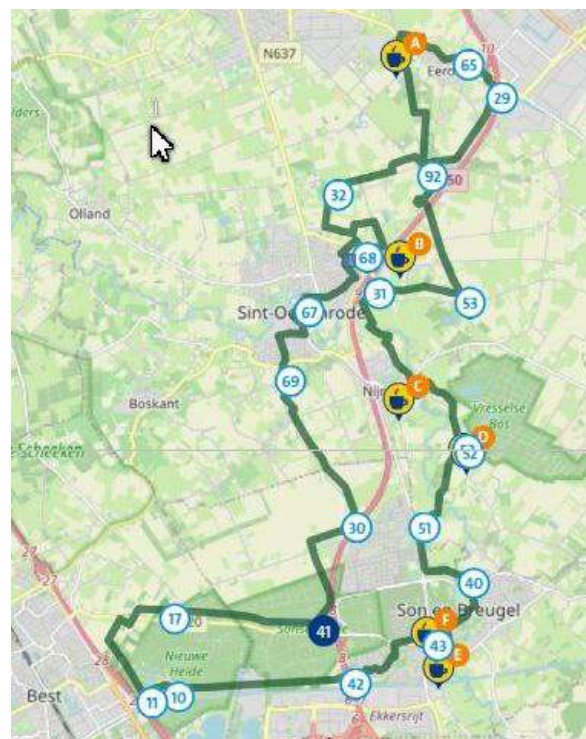
Om deze periode te herdenken is de 'Liberation route' uitgezet, een fiets-knooppuntenroute langs bijzondere plekken en monumenten die herinneren aan gebeurtenissen van toen.

Op de website over deze Liberation route wordt het als volgt beschreven: "Hoor het gebrom van honderden vliegtuigen en aanschouw de duizenden parachutisten, die mensen in Son in september 1944 zagen neerdalen.



Ontdek plekken die vertellen over het heroïsche strijdtoneel van Operatie Market Garden. Lees, hoor en ervaar verhalen over opoffering, maar ook over momenten waarop de oorlog even vergeten kon worden."

Van de Liberation fietsroute is er een korte en een lange versie. Beide routes starten bij het museum Bevrijdende Vleugels, gelegen direct achter 't Boshuys aan de Sonseweg. Daar kun je zien hoe de 'vleugels hebben bevrijd': de luchtlanding van de duizenden parachutisten die hun weg moesten zoeken door vijandelijk gebied op weg naar Arnhem.



Het Joe Mann monument

Als je vanaf het museum de Sonseweg richting Best neemt, zie je al snel links de witte stenen hoge 'poort', die toegang verleent tot het verderop gelegen 6,5 meter hoge Joe Mann-monument. Het is in 1956 onthuld door de ouders van Joe Mann en 13 van zijn medesoldaten. Boven op vier betonnen zuilen zit een pelikaan, die haar drie



jongen voedt met haar eigen bloed. In het midden verscheidene soldaten, rouwend om de dood van hun kameraad Joe Mann, die het leven van zes medesoldaten redde door heldhaftig zijn lichaam te gooien over een explosierende granaat.

Terug op de Sonseweg tref je aan je linkerhand eerst de gedenksteen van luitenant Robert Cole, die de leiding had over de Amerikaanse en Schotse soldaten die hier in de bossen hevig vochten tegen de Duitsers. Verderop, vlak voor knooppunt 11, staat het denkwaardig en aandoenlijk monument van Joe Mann, die op deze plek het leven verloor om de levens van zes kameraden te redden.

De korte Liberation route

De korte Liberation route van 26 km gaat vanuit knooppunt 11 verder langs recreatieplas Aquabest, waarna je de snelweg oversteekt en fietst door het groene buitengebied van Eindhoven. Via het knusse plattelandsgehucht Bokt, met een bakhuisje uit 1850, beland je in Son. Daar fiets je over en langs de Dommel en door nieuwbouwwijken om uit te komen bij de Sonse Heide, het gebied waar de Airborne parachutisten zijn gedropt en zij hun weg moesten vinden. Zo kom je weer uit bij het museum Bevrijdende Vleugels. (www.nederlandfietsland.nl/knooppuntroutes/liberation-fietsroute-son-breugel)

De lange Liberation route

De lange Liberation route van ca. 60 km is hier en daar van bordjes voorzien. Hij voert vanaf knooppunt 11 naar Son, langs het Wilhelminakanaal, dat in de opmars van de Airborne divisies zo'n belangrijke rol speelde. Vanuit Son ga je over een typisch Brabantse landschaproute langs de Dommel door Nijnsel en dan naar de Eerdse molen nabij Veghel. Die is door de Amerikanen gebruikt als observatiepost. Er woedden zware gevechten om de molen: in één week maar liefst zesmaal veroverd en weer heroverd. De zwaar beschadigde molen is inmiddels weer gerestaureerd naar hoe deze eruit zag in 1944.

Van daaruit fiets je terug en kom je langs kasteel Henkenshage in Sint-Oedenrode, dat door generaal Maxwell Taylor enige dagen is gebruikt als hoofdkwartier tijdens en na de landing van de parachutisten. In de zijgevel zie je het monument ter nagedachtenis aan de elf paratroopers van de 101e Airborne Division, die tijdens de bevrijding en verdediging van Sint-Oedenrode om het leven kwamen.

Tussen Sint-Oedenrode en Son fiets je tot slot door het gebied Sonse Heide waar de 4600 parachutisten van de 101e Amerikaanse Airborne Division zijn gedropt, om de fietstocht te beëindigen bij museum Bevrijdende Vleugels.

PVGE Zangkoor geeft een feestelijk Kerstconcert



Op het PVGE Kerstfeest in het Heerbeeckcollege op zondag 15 december zal de zang verzorgd worden door

Zanggroep BestLeuk. Maar ook het PVGE Zangkoor zal rond de kerst van zich laten horen! Het koor gaat een

feestelijk Kerstconcert geven op zondag 22 december en wel in gemeenschapshuis Vlinderhei. Het begint om 14.00 uur. Zij zullen het concert brengen, samen met koor 'Join In'. Dat is het koor dat in Best al vele jaren bestaat en altijd gezongen heeft onder de toenmalige naam 'Gemengd Koor Best'.

Op dit Kerstconcert kun je meezingen met welbekende kerstliederen uit allerlei landen, maar de beide koren zullen ook minder bekende kerstsongs ten gehore brengen. En zoals in alle voorgaande jaren is op dit concert iedereen van harte welkom, is de entree gratis en hoef je je niet vantevoren aan te melden. Geniet ervan!

Antoinette van Mierlo: de nieuwe clubcoach van de Schilderclub op maandag

Antoinette is geboren en getogen in Oirschot, verpleegkundige en getrouwd met Frits. Samen hebben zij een zoon, schoondochter en kleinzoon en een dochter en schoonzoon. Antoinette is 11 jaar lid van PVGE Best en zij is lid van de schilderclub, de handwerkclub en zij is betrokken bij de werkgroep van Vreugde en Verdriet ook wel Lief en Leed genoemd.

De schilderclub trok haar belangstelling omdat zij zelf af en toe ook al het penseel hanteerde. Vrijblijvend kwam zij een keer een kijkje nemen. Door de hartelijke ontvangst van Jolien (Wiertz) voelde zij zich meteen op haar gemak en besloot dat zij wel bij deze club wilde aansluiten. Hier maakte zij al gauw vrienden. Zij had het er zo naar de zin dat zij aan het eind van de middag vaak als laatste naar huis ging.

Frisse nieuwe wind

In verband met haar gezondheid moest Jolien het werk als clubcoach neerleggen en de taken werden overgedragen aan Liesbeth Damen met Antoinette als assistente. Na verloop van tijd nam Antoinette regelmatig zorgen uit handen van de clubcoach en zo ontstond er een verschuiving in taken, totdat in goed overleg van functie geruild werd en Antoinette de rol van clubcoach overnam. Liesbeth was het er mee eens dat een nieuwe frisse wind door de schilderclub ging waaien.



En dat is iets wat Antoinette zich ter harte heeft genomen. Enthousiast heeft zij onlangs de buitenschilderactiviteit georganiseerd. Hiervoor was de schilderclub op 4 september te gast in de befaamde tuin "Meulenwiel" van

Maria en Toon Van de Wiel in Best. De komende tijd beraadt Antoinette zich op een ander systeem om de koffie te verrekenen en wat iedereen misschien zal toejuichen is dat zij de contributie wil gaan verlagen.

Kan het Senioren Trefpunt zonder beheer?

Er is een conflict ontstaan tussen de dagelijkse beheerders van het Senioren Trefpunt, Sjef van Gastel en Hans Roosing, en het nieuwe bestuur van de SeniorenRaadBest (SRB).

Het bestuur van de Seniorenraad, dat vanuit woonstichting 'Thuis en via de gemeente de verhuurder is van het pand, heeft te kennen gegeven niet langer met hen te kunnen/willen samenwerken. Sjef en Hans hebben samen vijf jaar lang met veel inzet en

energie het Trefpunt verbouwd en gemaakt zoals het nu is, te weten een bloeiende locatie waar clubs en andere groepen met veel plezier samenkomen.

Sjef: "Het belang van de bezoekers heeft bij ons altijd voorop gestaan, en dit tot volle tevredenheid. Wij komen er dagelijks, maken een praatje en weten daardoor wat wel of niet nodig is. Het SRB-bestuur beleeft het anders, en wij voldoen volgens hen niet aan hun wensen. Zij hebben geen contact

met de bezoekers, maar zijn toch van mening dat het anders moet".

Het Senioren Trefpunt is nu zonder dagelijks beheer. Maar vooralsnog gaan nagenoeg alle activiteiten erin gewoon door. Wat het conflict in de praktijk inhoudt voor de gebruikers wordt nu nader bekeken, alsmede mogelijke oplossingen.

Sjef en Hans

15 december: PVGE-Kerstfeest

Het is nooit te vroeg om je vast te verheugen op iets fijns, zoals het PVGE--Kerstfeest, komende december. Omdat je je hiervoor al vóór 1 december moet opgeven, kun je nu al in deze Actief het uitgebreide programma en het inschrijfformulier vinden van het feest dat op 15 december in het Heerbeek College zal worden gehouden.

Voor wie het PVGE-Kerstfeest al vaker heeft meegemaakt is het concept bekend: een hele middag in de kerstsfeer, traditioneel gevuld met vermaak, lekker eten en gezelligheid. Maar de detailinvulling is elk jaar anders. Hieronder lees je alles over het programma van dit jaar.

Tussen 13:30 en 14:00 uur verwachten we je in de feestelijke foyer van het Heerbeek, bereikbaar via de ingang aan de Willem de Zwijgerweg. Bij binnentkomst word je verwelkomd met een kopje koffie of thee en een smakelijke kerstlekkernij.

Gezellig samen zingen

Om 14:00 uur opent onze voorzitter Cor van den Bosch officieel het feest. Daarna verplaatsen we ons naar de grote zaal, waar het koor 'BestLeuk' voor een sfeervol optreden zorgt. Je krijgt een boekje met de teksten, zodat we er samen een gezellige singalong van kunnen maken.

Na dit vrolijke samenzijn is het tijd voor een pauze. In de foyer kun je aan de bar een drankje halen en even gezellig bijpraten.

Christmas & Crooning

Na de pauze keren we terug naar de grote zaal voor het optreden 'Christmas & Crooning', een mooie mix van kerstklassiekers en sfeervolle wintersongs uitgevoerd door Raoul Wijsma. Deze Amsterdamse zanger studeerde in januari 2013 af aan het Conservatorium. Sindsdien geeft hij vele optredens, zowel in Nederland als daarbuiten. En in december trekt hij het hele land door om in pak of foute kersttrui, maar altijd met heel veel enthousiasme, op te treden met deze speciaal voor de decembermaand samengestelde show. Crooning betekent zingen op een sentimentele manier. En dat kan Raoul: laat je ontroeren door zijn stemgeluid.

Na dit optreden kun je nog een drankje nemen voordat we gezamenlijk gaan genieten van een heerlijk Chinees-Indisch buffet, verzorgd door restaurant An Fong. Heb je speciale dieetwensen? Geef deze dan aan op het inschrijfformulier. Drankjes kunnen weer aan de bar gehaald worden.

We verwachten dat iedereen rond 19.30 uur voldaan en tevreden naar huis gaat.

We kijken ernaar uit om samen met jou een onvergetelijke kerstviering te beleven!



Inschrijven

Kosten en Inschrijven

Ondanks de stijgende kosten hebben we de prijs kunnen handhaven op € 20,00 per persoon all-in. Dit bedrag wordt op 9 december via een incasso geïnd. Wil je een introductie meenemen die geen PVGE-lid is, dan zijn de kosten voor deze persoon €30,00 (vanwege de ontbrekende bijdrage uit de verenigingskas). Voor overige niet-leden is dit feest niet toegankelijk.

Voor mensen die in het bezit zijn van een invalidenkaart reserveren we een aantal plaatsen vlak bij de ingang. Wil je, als je hiervan gebruik wilt maken, dit bij de inschrijving vermelden? Dan weten we hoeveel plekken we vrij moeten houden.

Meld je zo spoedig mogelijk aan, maar vóór 1 december, bij voorkeur via de website

(pvge.nl/best/activiteiten/kerstfeest), of met het formulier elders in dit blad.

Voor meer informatie: Miranda Mennen, tel 06-22743579

Gerard van Maasakkers: In de gloria!



75 is hij! Een heel jaar lang.

En hij trakteert. Niet met taart, maar met liedjes. En die zijn lekker zeg! Niet te zoet, niet te romig, niet te dit of te dat, maar puur, eerlijk, van een haast ongekende kwaliteit.

Op zondag 19 januari 2025, 14:30 uur is hij in 't Tejaterke. Er zijn 40 plekken gereserveerd voor de Theaterclub, dus ben er snel bij. Het kost € 24,50 p.p. incl. consumptie. Inschrijven vóór 30 oktober.

Inschrijven

Inschrijven kan alleen als je lid bent van de Theaterclub. Lid worden van de Theaterclub kan via <https://www.pvge.nl/best/clubs/overige-clubs/theaterclub/>. Op dit moment is het lidmaatschap gratis.

Voortaan elke maand weer een lezing

Na een langere periode geen lezingen te hebben georganiseerd, heeft de Evenementencommissie dit weer opgepakt. Het uitgangspunt is dat eenmaal per maand een lezing zal worden georganiseerd. Deze lezingen zullen veelal in het Senioren Trefpunt, de thuisbasis van PVGE Best, gehouden worden. De toegang is vrij voor iedereen, dus ook

voor geïnteresseerden die geen lid zijn van de PVGE. Er wordt wel een vergoeding gevraagd voor de koffie/thee met een versnapering.

Voor deze en de komende maanden staan de volgende lezingen gepland:
29 oktober: De leefbare gemeente

20 november: Invloed van straling uit de ruimte
14 januari: Wat is gezondheid

Informatie over elke lezing en inschrijfformulieren vind je steeds in het voorafgaand nummer van Actief, op de PVGE-Bestwebsite: www.pvge.nl/best/ activiteiten en op de Seniorenpagina van Groeiend Best.



Lezing over leefbaarheid

Op dinsdagmiddag 29 oktober houdt Triek van de Vondervoort een lezing getiteld 'Leefbaarheid door verantwoordelijkheid en deregulering'. Hij zal zijn mening en ervaringen met ons delen over de rol die een gemeente dient te hebben in relatie tot zijn inwoners. Hij zal hiervan voorbeelden geven van de drie gemeenten waar hij – na 7 jaren Philips - gewerkt heeft: 17 jaar als wethouder in Veldhoven, daarna 10 jaar burgemeester in Boekel en 8 jaar in Bergeijk.

Het programma is als volgt:

- 13:00u: verwelcoming met koffie/ thee en wat lekkers.
- Om 13.30u begint de lezing; daarna een pauze
- Vanaf 14.45u is er gelegenheid tot vragen stellen en discussie.

Lezing over kosmische straling

Wat het met ons doet



Op woensdagavond 20 november komt Jeroen van Duivenbode ons vertellen over kosmische straling: wat de invloed ervan is op de ontwikkeling van nieuwe producten en wat het met ons doet. Ofschoon het onderwerp vrij technisch is zal de lezing voor iedereen begrijpelijk zijn. De titel van de lezing luidt: 'Halfgeleiders en kosmische straling voor aardse toepassingen'.

Jeroen heeft eerst vermogensomzetters en simulatiesoftware ontwikkeld bij de satellietbouwer Alcatel Espace in Toulouse en daarna bij AME Space in Noorwegen. In Nederland ontwikkelde hij bij ASML diverse producten, zoals sensoren, vermogensversterkers en elektrostatische clamps. Vanaf 2014 geeft hij colleges aan TU Eindhoven.

Het programma van deze avond:

- 19:00u: verwelcoming met koffie/ thee en wat lekkers.
- Om 19.30 begint de lezing; daarna een pauze
- Vanaf 20.45u: gelegenheid tot vragen stellen en discussie.



Vertrouwen geeft rust

M
NOTARIS
JAN VAN DE MEULENGRAAF

Klompfabriek 18, 5684 NB Best
0499 334 334 | notariaat@vandemeulengraaf.nl

Ra ra, waar in Best is dit?



Oplossing van 'Waar in Best?'

Midden in Best een Afrikaanse stuw? Ja, dat komt wel in je op als je dit bordje met opschrift "Simmba stuw" tegenkomt. Het staat tussen het gras en wilde bloemen langs de rondweg van Best, vlak bij de zogenoemde 'Berlijnse muur'. Je ziet daar inderdaad een soort stenen stuw op het eind van een waterloop langs een tiental pittoreske balkonnetjes van witte woonhuizen.

Maar waar slaat "Simmba" nu op? Het is de afkorting voor 'Simpel Infiltreren Met Meervoudige Berging en Afvoerregulering', een hele mond vol. Je ziet hier een verkleinde uitvoering van een stuw van stenen waarin een gat zit. Dat is voor een buis met een t-splitsing voor een tweestandenfilter. Die kan verstopping voorkomen door bijvoorbeeld bladeren en

takjes tegen te houden na een hevige regen- of stormbui en kan het water dan sneller laten doorstromen en in de bodem laten zakken. Maar de andere filter kan bij aanhoudende droogte het water juist langer vasthouden waardoor meer grondwateraanvulling kan plaatsvinden.

Met deze slimme Simmba stuw, ontwikkeld door waterschap De Dommel, zijn we dus beter bewapend tegen droogte, maar ook tegen wateroverlast. Simmba is anno 2024 de koning van de stuwen in ons kikkerlandje! Vooral in woonwijken die een meer verhard oppervlak hebben dan natuurgebieden en agrarisch land. Nou, alweer iets geleerd.....



Avondje-Uit vierde enthousiast haar 15-jarig bestaan

Een uitbundig 15-jarig jubileumfeest is op 28 augustus gevierd bij een organisatie die nauw verbonden is met de PVGE: Avondje-Uit. Deze vrijwilligersorganisatie is 15 jaar geleden opgericht als een gezamenlijk project van PVGE en KBO met John Peeters (PVGE) en Paula Niemeijer (KBO) als initiatiefnemers. Inmiddels doen ca. 200 gasten mee met Avondje-Uit en er zijn ca. 100 vrijwilligers.

Avondje-Uit is opgezet voor iedereen in Best die graag eens naar een theater, bioscoop, concertgebouw, museum of ander evenement wil, maar waarvoor dat moeilijk is vanwege zijn/haar beperkingen of vervoersproblemen. Zij worden individueel door een Avondje-Uitvrijwilliger met diens auto thuis opgehaald om als gast(en) samen met de vrijwilliger een heerlijk avondje- of middagje-uit te beleven. Het zijn daarbij de gasten zelf die de uitjes kiezen: uit een programma van ca. 125 voorstellingen in en rondom Best, dat ze per kwartaal thuisbezorgd krijgen. Avondje-Uit was vanaf het begin al een groot succes. Er zijn nu gemiddeld zo'n 30 uitjes per maand.

Het 15-jarig bestaan werd gevierd in de gezellige Gasthuishoeve bij Boskant. 's Morgens was er een interessante demonstratie van hoe klompen werden gemaakt, eerst door boeren zelf met de hand, daarna machinaal. Ook was er een spelencircuit waarop je jezelf en mekaar kon uitdagen met een stel originele spelen, die door de eigenaar Erik van de Gasthuishoeve zelf waren bedacht en gemaakt. 's Middags zorgde zanger John Belton voor veel vermaak met zijn liedjes en songs in allerlei talen. Er gingen daarbij aardig wat beentjes van de vloer

om te dansen, ook met een rollator. En de polonaise werd steeds langer....

Ben je nog geen vrijwilliger of gast van Avondje-Uit? Maar zou je het wel eens willen meemaken?

Dan kun je je oriënteren op de website www.avondje-uit-best.nl en/of contact opnemen met de coördinator, Yvonne Cras, (tel. 06-38444600 of per e-mail naar coördinator@avondje-uit-best.nl). Om mee te doen meld je je aan bij het secretariaat: tel. 06-50210583 of per e-mail naar secretaris@avondje-uit-best.nl



'Into D'mentia' demonstraties

In het Senioren Trefpunt worden op verschillende tijdstippen 's avonds aan 4 personen een 'Into D'mentia' demonstratie (geen typefout) gegeven. Je kunt daarbij met een speciale VR-bril (Virtual Reality) ervaren wat iemand met dementie ervaart in het dagelijks leven. Je wordt via deze VR-bril (zie foto) meegenomen in een scenario



waarin verschillende symptomen van dementie zijn verwerkt. Je beleeft zelf levensecht hoe verwarrend sommige dingen zijn, zelfs thuis, en hoe belastend mensen om je heen soms op jou reageren.

De bedoeling hiervan is dat je meer begrip en meeleven krijgt voor de ervaringen en gevoelens van mensen met dementie, maar ook voor de zware taak die degene heeft die hem/haar thuis verzorgt. Na afloop van je ervaring via de VR-bril volgt een nagesprek met een ter zake kundige vrijwilliger. De hele sessie duurt maximaal 60 minuten.

De deelname aan 'Into D'mentia' is gratis. Er zijn in september al verschil-



lende sessies geweest. De komende tijd weer op 31 oktober, 5 en 21 november, steeds van 19.00-20.00u en van 20.00-21.00u. Er kunnen per uur maximaal 4 personen aan deelnemen.

Inschrijven voor deelname kun je via www.tdekkers.nl/php/md104451_intodementia/formulier.php of door te bellen of te mailen naar Anja van de Laar, e-mail intodementiebest@gmail.com, tel. 06-51306805. Je wordt vriendelijk verzocht dit nummer ook te bellen als je onverhoopt verhinderd bent.

Glowgolf, een uitdaging

Begin november staat onze regio in het teken van 'Glow': genieten van mooie lichtkunstwerken in deze donkere maand. Niet alleen in Eindhoven, maar ook in Best en andere plaatsen in de Brainport regio worden bij het invallen van de duisternis lichtkunstwerken gepresenteerd.

Voor meer informatie daarover: zie <https://gloweindhoven.nl/>

Om in het thema te komen gaan we in deze periode met elkaar Glowgolf spelen: minigolf in een fantastisch fluorescerend decor. En wel op maandag 11 november 2024, van 13:30u tot ca. 16:30u.

Ga met ons mee op avontuur op de prachtige 18 holes baan in Eindhoven: lekker droog en warm binnen. Je wordt om 13:30 verwacht voor een kopje koffie of thee met een lekkere koek. De groepen worden gemaakt en de spelregels uitgelegd.



Wat ga je meemaken?

Daarna begint het spel: in groepen van ongeveer 6 personen sla je je weg via een Azteekse Tempel en een Oude Mijn naar een Science Fiction deel waar je de bal tussen de ruimteschepen door moet slaan. Hierna kom je aan in de Deep Sea Zone waar je overrompeld wordt door de prachtige decors. Na je onderwaterbeleving kom je in de Jurassic Zone waar de dino's je opwachten.

Na afloop van het spel krijg je nog een drankje aangeboden (koffie/thee/fris/bier/wijn) zodat we nog even kunnen bijpraten over de ervaringen. Ook zullen we dan natuurlijk de winnaar in het zonnetje zetten.

Waar is het te doen?

De indoorbaan in Eindhoven is maar 8 km vanaf het centrum van Best en goed te bereiken op de fiets of met de auto.

De locatie is: GlowGolf® Eindhoven; Vijfkamplaan 6c; 5624 EB Eindhoven. Er is gratis parkeergelegenheid voor de deur.

Inschrijven

Kosten en Inschrijven

De kosten van deze middag bedragen € 15.00 p.p. Die worden automatisch geïncasseerd op maandag 4 november.

Inschrijven: moet je uiterlijk woensdag 30 oktober doen.

Dat kan met het inschrijfformulier in deze Actief, maar het liefst op de website www.pvge-best.nl (> Activiteiten > Evenementen).

Geef het aan als je geen eigen vervoer hebt. Kom je met de auto; geef dan aan hoeveel mensen er nog met je mee kunnen rijden. Zo helpen we elkaar. Voor meerijders adviseren we een bijdrage in vervoerskosten van €2,00 p.p. voor heen en terug.

Deze activiteit is ook voor KBO-leden toegankelijk (zie hiervoor de voorwaarden op onze website).



Wist je dat....

14 november: Trefpunt Reizen

... de schilderclub op de maandag sinds kort een nieuwe clubcoach heeft? Het is Antoinette van Mierlo. Zij volgt Elisabeth Damen op. Lees het introductie-artikel van Antoinette in deze Actief.

... de jaarlijkse Algemene Ledenvergadering van PVGE Best het volgend jaar niet in januari gehouden wordt, zoals gebruikelijk, maar dit keer op 14 februari? Handig om vast te noteren als je al een agenda voor 2025 hebt.

... het officiële postadres van het Seniorentrefpunt Nazarethstraat 144 is? Om de relatie met het Senioren Trefpunt aan te geven hebben we bij de ingang aan de Molenstraat ook een informeel bordje met nummer 144 gezet.

.... dat er voortaan in Actief één inschrijfformulier is voor alle PVGE-activiteiten? Zie achteraan in deze Actief. Hierop staan alle activiteiten waarop je je de komende maanden kunt inschrijven en kruis je er een of meer van aan waaraan je wilt deelnemen.

... en dat er voortaan één adres is waar je inschrijfformulieren kunt inleveren en dat is bij René Hendriks, Zeven-sprong 31.

... dat het ledenaantal van PVGE Best nog steeds stijgende is? We tellen nu al 1.255 leden!...

... dat als je alle leden van PVGE en KBO in Best bij elkaar optelt, je een eind boven de 3.000 uitkomt. Dat is zo'n 10% van alle mensen die in Best wonen.



Waar gaan we in 2025 naar toe?
Alle leden en andere reislustige belangstellenden nodigen we dit jaar weer van harte uit voor een gezellige middag op donderdag 14 november van 14.00 tot 16.00 uur in de grote zaal van 't Tejaterke. Inloop voor deze middag is vanaf 13:30 uur.

Terugblik op 2024
Onze reiscommissie toont graag de reizen en dagtochten waar je volgend jaar aan kunt deelnemen. Maar we beginnen de middag met een terugblik via foto's en films op de reizen die we in 2024 hebben ondernomen: naar Velburg-Duitsland, naar Normandië en naar Zwitserland/Italië. Ook weer een meerdaagse reis voor senioren, dit keer ging de reis naar België, de Ardennen. Verder de dagtochten naar Keukenhof, Schoorlse duinen, het Rijksmuseum en naar Maastricht.

Reisplannen voor 2025
Daarna zie je de reizen die we voor 2025 in petto hebben. Dat zijn meer-

daagse reizen onder meer naar Duitsland en Frankrijk. Ook is er weer een extra rustige, maar heel mooie reis voor senioren, dit jaar in Limburg. De dagtochten naar Ouddorp en over de Brouwersdam met de oude treintjes, naar de Alblasserwaard en Hoeksche waard met bus en boot en minstens naar één actueel evenement – dat hoor je die middag.

Samen willen we deze middag ook graag peilen welke reizen in de smaak vallen, zodat we ook voor 2026 weer een mooi reisprogramma kunnen opstellen. En natuurlijk zijn er hapjes en een drankje. De toegang is gratis.

Aanmelden
Als je interesse hebt om de bijeenkomst bij te wonen, laat het ons dan weten, opdat wij de zaal en ontvangst goed kunnen voorbereiden. Geef je deelname liefst direct maar uiterlijk **30 oktober** aan ons door, via de website www.pvge.nl, of met het inschrijfformulier in dit blad.

Evenementenkalender

Vr 4 okt.	09.00u	Busdagtocht Maastricht (vol), Den Ekker
Wo 16 okt.	12.30u	Excursie Erfgoed Den Bosch, carpoolen
Ma 21 okt.	19.30u	Fietsquiz Doortrappen ST*)
Do 24 okt.	20.00u	Bevrijdingsconcert Marinierskapel, Sporthal Naastenbest
Di 29 okt.	13.30u	Lezing over Leefbaarheid ST*)
Ma 11 nov.	13.30u	Glowgolf, Vijfkamplaan 6c, Eindhoven
Di 12 nov.	09.00u	Treinreis Heerlen, mijnmuseum, glaspaleis, Station Best
Wo 20 nov.	19.30u	Lezing 'Straling uit de ruimte', wat doet dat met ons? ST*)
Vr 13 dec.	20.30u	Jeroens Clan "Korte Metten", 't Tejaterke
Zo 15 dec.	14.30u	Kerstfeest (met BestLeuk), Heerbeek College
Zo 22 dec.	14.00u	Kerstconcert PVGE Zangkoor, Vlinderhei

ST*) = Senioren Trefpunt

Voortaan nog maar één inschrijfformulier

Ja, je leest het goed: voortaan is er in dit blad Actief geen inschrijfformulier meer voor iedere activiteit afzonderlijk, maar is er één formulier – zie hieronder – waarop alle activiteiten staan waarvoor je je kunt inschrijven. Je vult je persoonlijke gegevens in en kruist dan de activiteit(en) waaraan je wilt deelnemen. Deze manier van inschrijven

is niet alleen handig voor jou maar neemt ook veel minder ruimte van Actief in beslag dan zoals het eerst ging. Per activiteit kruis je ook aan of deze inschrijving voor jou alleen is of ook voor je partner. Bij de ene activiteit gaat bijvoorbeeld je partner wel mee en bij een andere niet.

Een andere vereenvoudiging is het adres waar je het inschrijfformulier moet inleveren. Dat zijn niet meer verschillende adressen, afhankelijk voor welke activiteit, maar nu nog maar één vast adres voor alle activiteiten. En dat is bij René Hendriks, Zevensprong 31.

.....✂.....

Inschrijfformulier

Kruis de activiteit(en) aan waarop je inschrijft

O GlowGolf Eindhoven
11 november, 13:30 u
Vijfkampaan 6c, 5624EB Eindhoven,
Prijs €15,00 p.p.
Inschrijven vóór 30 okt.
Deelname: O met partner
O ik heb geen vervoer
Ik heb plaats voor: O 1-persoon,
O 2-persoonen, O 3-persoonen
Incasso: 4 november

O Treinreis Heerlen
12 nov., vertrek: 9.00 u NS-station
Prijs p.p. € 55,00
Inschrijven vóór 25 oktober
Deelname: O met partner
Incasso: 11 november 2024
Noodnummer op de dag zelf:
Brigid de Wals tel. 06-49993195

O Trefpunt Reizen
14 november, 14:00 u
’t Tejaterke, Max. de Bossstraat 1
Prijs: vrij entree
Inschrijven uiterlijk 30 oktober
Deelname: O met partner

O PVGE Kerstfeest
15 december, 14:00 u
Heerbeek College, W. de Zwijgerweg
Prijs: PVGE-lid €20,00 p.p.
Introducté geen lid: €30,00
Inschrijven vóór 1 december
Deelname: O met partner
O Introducté (geen lid)
Incasso: 9 december
Geef op: O vlees of O vis
O Ik heb een invalidenparkeerkaart

O Gerard van Maasakkers, “In de gloria”
19 januari 2025, 14:30 u
’t Tejaterke, Max. de Bossstraat 1
Prijs: € 24,50
Inschrijven uiterlijk 30 oktober
Deelname: O met partner

O Doortrappen Fietsquiz
21 oktober, 19:30 u
Senioren Trefpunt, Prijs GRATIS
Inschrijven vóór 20 okt.
Deelname: O met partner *
* Alleen voor PVGE Best leden

O Lezing over Leefbaarheid
29 oktober, 13:30 u
Senioren Trefpunt, Prijs €5,00 p.p.
Inschrijven vóór 20 okt.
Deelname: O met partner
Incasso: 17 oktober

O Lezing over Kosmische straling
20 november, 19:30 u
Senioren Trefpunt, Prijs €5,00 p.p.
Inschrijven vóór 14 nov.
Deelname: O met partner
Incasso: 18 november

O Op Rest. Grand Café De Bank
17 oktober, 18:00 u
Raadhuisplein 30b, 5683 EA Best
Prijs: €27,50 p.p.
Inschrijven vóór 10 oktober
Deelname: O met partner
Incasso: contant in restaurant
Geef op: O vlees O vis

O Op Rest. ’t Zand, Brabant Gastvrij
14 november, 18:00 u
Bestseweg 52, 5688 NP Oirschot
Prijs: €28,50 p.p.
Inschrijven vóór 7 november
Deelname: O met partner
Incasso: contant in restaurant
Geef op: O vlees O vis

Hierbij schrijf ik in voor de aangekruiste activiteiten:

Lidnr.:

Lidnr. partner:

Naam:

Naam partner:

Adres:

Woonplaats:

Tel:

Mobiel 06- :

E-mail:

IBAN bankrekeningnummer:

Datum:

Handtekening:

Dit formulier inleveren bij: René Hendriks, Zevensprong 31 5683 KN Best (06-29287764)

N.B. Noteer de datum, tijden en locaties van de aangemelde activiteiten in je agenda

Samen in het groen - een vak apart



De tuin is het verlengstuk van binnen naar buiten, de eerste link met de natuur, een fijne plek om in te zijn. Door een tuin met een keur aan vaste planten, in vele kleuren bloeiend in de zomer, verrijk je jezelf en ook de biodiversiteit. Zo'n 50 jaar geleden vanzelfsprekend en nu weer actueel. Met mijn hoveniersbedrijf richt ik me op onderhoud en aanplant van bomen, heesters en vaste planten, zodat de tuin een natuurlijke uitstraling krijgt. Ook geef ik graag een passend advies. De samenwerking met een vakkundig boomverzorger maakt het onderhoud van tuinen binnen mijn bedrijf compleet.

Joost van Eijndhoven
info@hoveniersbedrijfvaneyndhoven.nl



U houdt van uw tuin en uw boom is daarin een sieraad.

Ik verzorg, snoei en kap met kennis, ervaring en vakmanschap, ook bij moeilijk bereikbare bomen.

Met aandacht voor uw wensen en liefde voor uw boom

Zo wordt uw tuin (weer) een fijne plek.





met 24 uren
kamer

*Bij ieder afscheid wordt
een herinnering geboren...*

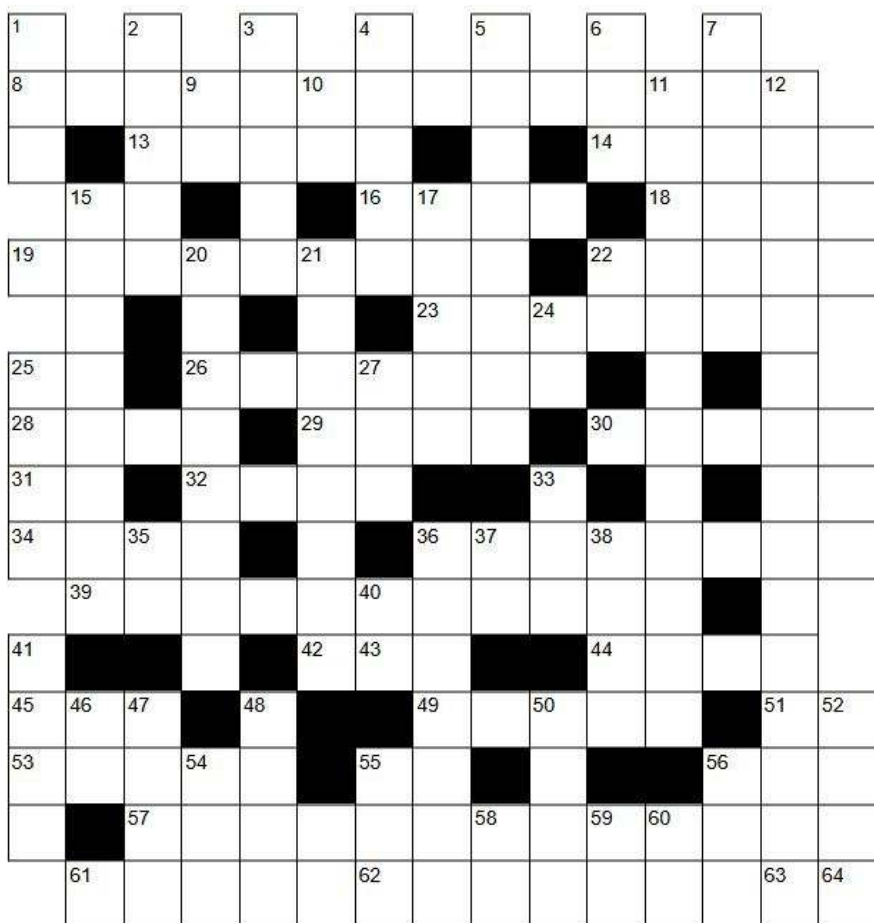
 **Vitvaartverzorging
Mutsaers**

www.mutsaers-best.nl



Best
Oirschot

**0499 - 37 20 55
0499 - 57 72 89**



Oplossing:

6	31	46	62	55	9	41	14	11	51	2	39	16	17	31
26	22	43	47	39	22	2	35	42	6	41	3	49	6	
49	5	7	28	31	46	55	47	17	31	46	47	64	6	55
33	17	22	38	2	31	39								

Horizontaal:

8. Ingetogen optocht met Onze Lieve Vrouw, vaak met zang en gebed
13. Gebrek, gemis,
14. Woont in het oosten van Overijssel
15. Beste toneelspeler ooit: ... van Dijk
16. Diepgaand conflict in de familie
18. Bar, heftig, hevig
19. Fanatiek spel met plastic hulpstuk, om je middel, goed voor je heupen
22. Huilen in deze muzikale stad?
23. Das, opruiend boek van Karl M.
25. Het blatend geluid van een schaap
26. En schoon is uw kunstgebit met ...
28. Maakte ooit kunstvezels, nu keukens
29. Gezelschap van bassen, alten, enz.
30. Word je hopelijk slank(er) van
31. Was vroeger in NB bijna iedereen
32. Word vaak aan de wilgen gehangen
34. Kort rokje of kleine auto?
36. Vermaard geografisch boekwerk
39. Zwaaide o.a. na Dappere Dodo alle kijkende kinderen glimlachend toe
42. Zwemmen er paarden in deze rivier?
44. Dikke directeur bij Pipo de clown
45. Petieterig, maar ook: liefde
49. Het land van de rode zon en ook

- van Akihito en Anton Geesink
51. Eerste noot van de toonladder
53. Zie 7 verticaal
55. Mindfulness: leven in het hier en
56. Op leesplankje tussen zus en Teun
57. Dit spaarde je voor de arme kindjes in het verre, hongerige Afrika
61. Trok samen met Mamaloe in een woonwagen de wereld door
62. Kun je met een schaats op wiel'tjes
63. Soortgelijk gewicht (afk.)

Vertikaal:

1. Waste witter dan wit, toen en ook nu
2. Weinig te besteden, geldgebrek
3. Aangelengde limonadesiroop
4. Zo heette deze groep jongelui na de nozems en vóór de kabouters
5. Adam en Eva waren het eerste
6. Woont in noordelijke Baltische staat
- 7.+ 53 hor. Hier komen al onze zielen terecht: in het
9. Meer dan dit zegt een ezel echt niet
10. Pax Cristi (afk.)
11. Eerste, zeer populaire meidengroep
12. Beschermen tegen kwaad en onheil
15. Stond altijd naast de kachel klaar
17. Stad in Oost-Vlaanderen tussen Brugge en Gent
20. Hét schoonmaakmiddel in oma's tijd
21. Kinderspel met krijt en een hemel en springend op één been
22. West-Indië (afk)
24. Niet Parkeren (afk.) maar andersom
25. Vlucht- of rijstrook langs de weg
27. Steyn, begeleidde Dorus op piano
33. Persoonsnummer dat iedereen in Nederland heeft
35. Zo geef je beleefd voorrang: ... u!
36. Prachtig kledingstuk van Ietje Fietje
37. Nee op z'n Engels, maar andersom
38. Verdi's opera met olifant op toneel
40. Niet zij, soms ie.
41. Koninginnenaam, ook van een mijn
46. Zegt ezel bij stoot aan een steen
47. Bezetter van Nederland in WO II
48. Hoofdstad waar elke Noor trots op is
50. Zo is 'n dubbeltje en soms ook een broekzak
52. Buurjongen van Sien, in de jaren 50
54. Iedereen heeft er een boven en ook een daaronder
55. Mooi dorp, vinden alle Amelanders
56. Niet u, niet gij, niet jij, maar
58. Welke Pinkelman beleefde vele avonturen?
59. Per expresse (afk.)
60. ... spin, de bocht gaat en uit spuit, nu is deze puzzel uit.

Puzzel 46 Die goeie ouwe tijd

Voor de meeste PVGE-ers is die goeie ouwe tijd al heel wat jaren geleden. Maar wat is er van vroeger allemaal wel of niet in je geheugen blijven hangen? Wat kun je je nog herinneren, ook al schiet het je soms pas na enige tijd plots te binnen?

Aan iets of iemand terug denken roept meestal prettige, soms ook gemengde gevoelens op. Vaak tovert het een glimlach op je gezicht. Maar soms ook verwondering over dingen die je vroeger deed, wat je toen allemaal geloofde en wat je toen heel normaal vond. Als je deze puzzel gaat maken, moet je wel eens diep graven in je brein, maar net zo vaak schieten bepaalde woorden en namen je zo maar te binnen.



Zit je al te popelen? Hier komt-ie dan. Om het op z'n Brabants te zeggen: Vat nou maar 's gauw 'n bekske koffie of 'n tas thee, nimt 'ne Bossche bol en geniet van het oplossen van deze puzzel over die goeie ouwe tijd.



Fit op leeftijd: Heb jij onze les al gratis uitgeprobeerd?



GRATIS 7 DAGENPAS

Tijdens deze les ga je bewegen in groepsverband en staan onderstaande punten centraal;

- Minder bang zijn om te vallen
- Minder afhankelijk van anderen willen zijn
- Langer zelfstandig door het leven gaan
- Voorkomen van blessures
- Fitter door het leven gaan
- werken aan je evenwicht

Daarnaast bieden wij nog een tal van andere sportprogramma's aan en werken wij de gezondheid van onze sporters met een 8-weeks voedingstraject. Waarbij er gemiddeld 5 kilo wordt afgevallen in 8 weken.

Veel keus en gezelligheid! Kom langs en probeer het eens gratis uit.

Europaplein 1 (pand 22),
5684 ZC Best 0499-379678

Met sportieve groet
Team Spear



LEDENVOORDEEL IN BEST E.O.

KBO/PVGE winkelkortingsactie in Best. Let op deze sticker op de winkelruit. Bij de deelnemende winkel moet je altijd je geldig ledenpasje kunnen tonen. Op de website www.pvge-best.nl kun je zien welke korting precies gegeven wordt. De korting geldt nooit voor artikelen in de aanbieding of afgeprijsde en niet voor cadeaubonnen. Heel belangrijk: Meld altijd aan de kassa vóór de rekening wordt gemaakt dat je van de actie gebruik wilt maken.

Arends Optiek

Raadhuisplein 7, tel.: 390700

Barbershop Best Barbers & Best Coffee

Nieuwstraat 90, tel.: 323674

Biobest Theater

Stationsstraat 9A, tel.: 392007

Bloemenshop Best

Wilhelminaplein 19, tel.: 398679

Bloemerie Best

Kon. Julianaweg 31, tel.: 330660

BMS bikes De Stad 9

Oirschot, tel.: 06-22406153

De Boterbloem

Hoofdstraat 12, tel.: 390444

De Boetiek Oog & Design

Boterhoek 101, Tel.: 371310

Durlinger schoenen

Hoofdstraat 2c-2d, tel.: 327118

Chinees Indisch Restaurant

An Fong

Nieuwstraat 70, tel.: 371924

Choco & Zoet

Wilhelminaplein 64A
tel.: 06-13060636

Cyclepoint Best

Kap.J.A.Heerenstraat 11, tel.: 724999

Deelen Menswear

Hoofdstraat 42, tel.: 329997

Drukkerij Peters-Lodewijks

Industrieweg 120, tel.: 370247

Fitness The Jab

Heuveleindseweg 2A,
tel.: 06-14552649

Foto Aartsen

Boterhoek 12, tel.: 371519

Grandcafé de Bank

Raadhuisplein 30B
tel.: 763676

Hair & Beauty Point Jacqueline

Hoofdstraat 38, tel.: 399078

Harrie's Knipperij Heren

Knipt bij je thuis, tel.: 06-42082225

Ireina Schoonheidsspecialiste

De Tongelreep 5, tel.: 06-19188566

Juwelier Meier

Boterhoek 7, tel.: 372250

Loesje Ladies Fit

Raadhuisstraat 30
info@loesjeladiesfit.nl

Neutraal APKStation van Rijssel

Fabrieksweg 1, tel.: 373757

Notaris van Luijn

Bosseweg 7, tel.: 374174

Salderes Best pedicure/schoonheidssalon

Jacob van Wassenaarstraat 44
tel.: 06-24151068

Pitch & Putt Golf

Spoordonkseweg 80

Oirschot tel.: 0499-573671

Praevision fin.coaching

Marion Klijma, tel.: 06-11161607

Ron's Bandencentrale

Oranjestraat 95, tel.: 372344

Scootmobiel specialist

Industrieweg 3, tel.: 040-2567700

Barbershop Rayan

Heerenstraat 5, tel.: 751021

Sport Center Spear

Europaplein 1, tel.: 379678

Stijlvol Groen Hoveniers

Dennenhei 43, tel.: 06-23039901

ZHON zorgwinkel

Hoofdstraat 36, tel.: 377173

Ledenvoordeel vanuit de Koepel.

Vanuit de PVGE Koepel krijg je bovendien korting bij ca. 40 bedrijven, winkels en restaurants in en rond Eindhoven én een pasje van Myshop. Leden van de PVGE kunnen via de Collectiviteit FPVG zelfbetaling ook deelnemen aan de zorgverzekering van Zilveren Kruis waarvoor 20% korting op aanvullende verzekeringen wordt verleend en 15% korting op de tandverzekeringen. Dit geldt ook voor PVGE leden die geen Philips verleden hebben.

Zie www.pvge.nl/ledenvoordeel/

Vriend worden van de Philips Harmonie?



De Stichting Vrienden van de Philips Harmonie bestaat uit muziekliefhebbers die dit orkest een warm hart toedragen. Met hun financiële steun kunnen we vernieuwend zijn en blijven en zo ook actief bijdragen aan de cultuur in de regio Eindhoven en daarbuiten.



Wat krijgt u als vriend

U wordt meerdere keren per jaar via de nieuwsbrief geïnformeerd over het Philips Harmonie Orkest en haar concerten en optredens, voorrang bij de aankoop van toegangskaarten en een reductie op de entreprijs.



Vriend worden

U kunt een bedrag voor lidmaatschap overmaken via IBAN nummer: **NL38 INGB 0001 2204 69** met vermelding van naam en adres, dan ontvangt u van ons een schriftelijke bevestiging. Het lidmaatschap kost minimaal € 25,- Euro per jaar.

Meer info: www.philipsharmonie.nl



Ja, ik word vriend!

Naam:

Email :

Telefoonnummer :

KORTINGSBON - PVGE BEST



Thuis-kapper
Harrie's Knipperij
Tel: 06 - 42 08 22 25
Komt bij u aan huis!
Speciaal tarief voor
PVGE-leden: € 20,50
www.harriesknipperij.nl

PEESPLAATIRRITATIE / PEESONTSTEKING HIEL



Heeft u last van startklachten in de hiel na een periode van rust en nemen deze klachten af als u een stukje gelopen heeft? Mogelijk heeft u last van een peesplaatirritatie of peesontsteking in de hiel.

Wat is het?

Onder de voet zit een peesplaat (fascie) welke begint bij de hiel en aanhecht aan de uiteinden van de middenvoetsbeentjes. Deze niet elastische peesplaat ondersteunt het lengte gewelf van de voet ter hoogte van de voetzool. Door deze belangrijke functie kan de peesplaat gemakkelijk geïrriteerd/ overbelast raken, wat fasciosis plantaris wordt genoemd. De pijnklachten bevinden zich bij deze aanhechting van de peesplaat op het hielbeen en/of in het verdere verloop van de peesplaat richting de tenen. In de volksmond staat deze klacht be-

kend als 'hielspoor'. Deze term suggereert dat er sprake is van een stukje botaanwas aan het hielbeen welke irritatie geeft. In werkelijkheid gaat het meestal om een irritatie/ontsteking van de peesplaat.

Ontstaan en symptomen

Peesplaatirritatie ontstaat vaak ten gevolge van meerdere factoren. Een belangrijke factor is verandering in de voetafwikkeling door standsafwijkingen in de voet. Daarnaast kunnen het dragen van inadequate schoenen, overgewicht en overbelasting een rol spelen.

De typische klacht is hielpijn bij belasting. De pijn is vaak 's ochtends het meest aanwezig, vooral bij het opstaan. Ook kan er pijn zijn na lang staan of lang niet bewegen. Dit gaat soms samen met stijfheid. De pijn is meestal gelokaliseerd aan de voetzoolzijde van de hiel. Vaak is er ook pijn bij het op de tenen staan en bij het buigen van de tenen.

Podotherapie

Fasciosis plantaris duurt gemiddeld 6 tot 18 maanden. Een vroege behandeling kan de duur bekorten. Het is belangrijk de voet te ondersteunen om overrekking van de pees te vermijden. Een goede, stabiele schoen met al dan niet een corrigerende podotherapeutische inlegzool is een eerste vereiste.

Een podotherapeut kan in sommige gevallen de pees direct ontlasten door een taping aan te leggen, waardoor de trekkracht op aanhechting van de peesplaat vermindert.

Ook kan de podotherapeut u schoenadvies en rekoefeningen geven.

Met rekoefeningen is het mogelijk om de ergste klachten te verminderen. Deze oefeningen, waarbij de voet t.h.v. de tenen naar u toe getrokken wordt, moeten voordat de voet belast wordt uitgevoerd worden. Door met de voet over een bal te rollen wordt de bloedsomloop in de peesplaat gestimuleerd, ook dit kan de pijn bij de eerste stappen verlichten

Contact

Heeft u ondanks deze informatie toch nog vragen of wilt u een afspraak maken, neem dan contact met ons op. Wij zijn telefonisch te bereiken op maandag t/m vrijdag van 08:30 tot 17:30 (0499-393352). Buiten deze uren kunt u ons mailen via info@balanspodotherapie.nl



Van de ledenadministratie

Nieuwe Leden: Welkom!

Mevr. Sijnnie Netten
Mevr. Marianne Brugge
Dhr. Henk Lathouwers
Dhr. Frank van Kol
Mevr. Toos van Doorn Kliebisch
Mevr. Angela Eijkemans-Appeldoorn
Mevr. Ria Oppers
Mevr. Betty Winters
Mevr. Rina Legierse
Mevr. Elke Paulissen-Missfeldt
Dhr. Jan Paulissen
Dhr. Hennie Welten
Mevr. Susanne Dumoulin
Mevr. Ingrid Bekenkamp
Dhr. Geert Sterke

Mevr. Magda van Reij-van Steen
Dhr. Piet van Diesen
Dhr. Samad Jamali
Mevr. Marianne Lubbers
Mevr. Tineke Roodbol-van Wouwe
Dhr. Gertjan Benckhuijsen
Dhr. Rien Meulenbroeks
Mevr. Marijke Hermans-Murraij
Mevr. Marijke de Leeuw
Mevr. Gerda Timmermans-Ooms
Dhr. Joost van der Feer
Mevr. Mieke Versteijlen
Mevr. Frankie de Cortie
Dhr. Nanco de Cortie

Overleden leden: Rust in vrede

Dhr. G.C. Wouters
Dhr. C.A. Maenhout
Dhr. A.J. van Leuven

Jarige 85-plussers: proficiat!

4 okt. Dhr. T.C. Klarenbeek
5 okt. Mevr. M.E. Leunis-Aardewijn
9 okt. Dhr. C. Worm
9 okt. Mevr. J.M. Kroot-Schoones
12 okt. Mevr. M.G. Zoethout-Overmars
19 okt. Mevr. P.C. Baalen-v.der Schoot
20 okt. Mevr. C.J. Peeters-Bock

21 okt. Dhr. F. van den Berg
 25 okt. Mevr. K.J. Mutsaers-Scholte
 26 okt. Dhr. J.M.J. Philipsen
 26 okt. Dhr. H. van Gaalen
 26 okt. Mevr. C.M. Vervoort
 27 okt. Dhr. M.H. Merks
 29 okt. Mevr. T. de Wolff-Schellingenhoudt
 30 okt. Mevr. M.H. v.d. Mespel
 3 nov. Mevr. E.J. Franssen-Rutten
 4 nov. Mevr. C.J. van Tintelen-van Sprang

4 nov. Mevr. T.C. v.d. Vleuten-v.d. Boomen
 5 nov. Mevr. J.M.H.G.C. van der Velden
 6 nov. Mevr. Claessens-Wolfs
 9 nov. Mevr. C.H. Dijcks-Schelvis
 10 nov. Dhr. J.G. van Mullekom
 10 nov. Mevr. W.A. van Buren-v.d. Hoek
 11 nov. Dhr. T. Schatorie
 14 nov. Mevr. A.H. van Loenhout-Buuts
 15 nov. Dhr. H.J. Merckx

15 nov. Mevr. J.L. de Pijper-Noorland
 17 nov. Dhr. H.L.A. van den Oetelaar
 22 nov. Dhr. A. Maasdam
 22 nov. Dhr. L.J. van der Aa
 22 nov. Dhr. C.Th. Peters
 25 nov. Mevr. P.J.M. Stuurstraat-Kooijman
 25 nov. Dhr. J.W. Bogers
 5 dec. Mevr. E.H. Lutters
 5 dec. Mevr. A.A. de Jongh-Prast



Balans Podotherapie

Specialisaties:

- Digitale loop- en video-analyses bij sporters
- Diabetes en reuma
- Echografie
- Manueel therapie
- Ouderenonderzoek met balansmeting



Locaties:

- Hoofdlocatie: Veldweg 1G, Best
- Gezondheidspunt: de Ronde 12-14, Best
- de Loop 67, Oirshot

WWW.BALANSPODOTHERAPIE.NL
 ☎ 0499-393352 • ✉ info@balanspodotherapie.nl



PLUS

Goed eten. Daar houden we van.

Bestel uw boodschappen op plus.nl en haal ze op bij ons afhaalpunt of laat deze thuisbezorgen.



Openingstijden:
 Ma. t/m do. 8:00 - 20:00 • Vrijdag 8:00 - 21:00
 Zaterdag 8:00 - 20:00 • Zondag 9:30 - 18:00

PLUS ERWIN KENTER
 Den Ekker 1b • 5683 KE Best • Tel. 0499 376 070

Biologische Supermarkt



EKOPLAZA

Hoofdstraat 50 Best 0499-379901 www.ekoplaza.nl



Salon Henny
 Lijsterbes 12
 5682 GB Best
 Tel.: 06-17192184

**Pedicure, Nagelstyliste
 Collageen draden
 Wimperlifting**



Clubs

Biljartclub	Elke dinsdag, 9.00u, Kadans, Sjef van Gastel, 06-83214814
Bordspellclub	Wekelijks: do 19.30u, di 13.30u, bij leden thuis, Paul Holtermans, 06-14702616
Bridgeclub	1 ^e vrijdag v.d. maand, 19.15u, ST*), Ina Lodewijks, 06-16280871
Canastaclub	2-wekelijks dinsdagmiddag ST*), Regina Hoornweg, 06-51307698
Computergebr.club	2 ^e donderdag v.d. maand 14.00u, ST*) Rob Bol, 06-22904310
Fotoclub	Vrijdags per 2 weken, 09.45u, ST*), Hans Roosing, 06-24474974
Genealogieclub	Ma 14.00u en do 9.00u, maandelijks, ST*) Koos Mulder, 06-39681065
Gymclub	Elke dinsdag, 12.00u, Sporthal, Fridus Draaijer, 06-42236529
Handwerkclub	Elke donderdag, 14.00u, ST*), Yolanda v.d. Bosch, 06-40303609
Jeu de boules club	2 ^e vrijdag v.d. maand, 13.00u, Amitié, Corry Bolhuis, 0499-395422
Kaartenmakersclub	2 ^e en 4 ^e woensdag v.d. maand, 9.30u, ST*), Hanny v. Laarhoven, 0499-399266
Klassieke muziek	Vrijdags maandelijks, 10.00u, ST*), Clemens Lasance, 06-19364208
Kookclub	Volgens afspraken schema, 17.30u, Prot.kerk, a.i. Sjef van Gastel, 06-83214814
Leesclubs	In onderling overleg, bij leden thuis, Ton Vermaesen, 0499-371741
Nordic fitnessclub	Elke ma en woe 9.30u, Blokhut Boslaan, Adrie Brands, 0499-395829
Nordic walkingclub	Elke ma en vrij 13.30u, Blokhut Boslaan, Ria v.d. Ven, 0499-391623
Postzegelclub	2 ^e woensdag v.d. maand, 13.30u, ST*), Jan Schoenmakers, 0499-396004
PVGE zangkoor	Woe 10.00u, 7 weken vóór concert, Buurth.'t Centrum, Wim v.Vlerken, 06-49548888
Rikclub	Vrijdags per 2 weken, 13.30u, 't Tejaterke, Christ Tunders, 0499-391623
Schaakclub	In oprichting; bijeenkomsten nog te bepalen, Hans Peters, 06-20536380
Schilderclub ma	Elke maandag 13.30u, ST*), Antoinette v.Mierlo, avanmierlo@onsbrabantnet.nl
Schilderclub di	Dinsdag 2-wekelijks, 9.30u, ST*), Suzanne Rood, 0499-324888
Theaterclub	Wisselend, wordt aangekondigd, Tom Bruijns, 06-51450258
Treinreisclub	Wisselend, wordt aangekondigd, Cor v.d. Bosch, 06-50638128
Wandelclub	Elke donderdag 9.00u, start Lidwinakerk, Nelleke Blitterswijk, 06-12269680
Yogaclubs	Di: 9.15u en 10.30u, Wo: 10.30, Vr: 10.30u, 't Tejaterke, Ans v.d. Steen, 0499-396098
Zanggroep BestLeuk	1 ^e dinsdag v.d. maand, 14.00u, 't Tejaterke, Ton v.d. Steen, 0499-396098
Zwemclub De Spetters	Elke maandag, 10.00 en 10.45, ZIB, Helly van Oudenhoven, 06-44972760

*) ST = Senioren Trefpunt, 0499-785934

Wisselende activiteiten > worden tijdig aangekondigd in Actief

Op Restaurant	Elke maand in een ander restaurant, Wim Steenks, 06-83335445
Bus- & vlieguren	Ca. 7 reizen per jaar, Cor v.d. Bosch, 06-50638128
Treinreizen	Ca. 7 treinreizen per jaar, Cor v.d. Bosch, 06-50638128
Theaterreizen	Ca. 5 voorstellingen per seizoen, Tom Bruijns, 06-51450258
Evenementen	Ca. 9 evenementen per jaar, Miranda Mennen, 06-22743579

Ledenservice

Belastinginvalhulp	Hans Meerman, 06-49996998, jvmmeerman@gmail.com
Clientondersteuning	Annelies Berende, 06-36514118, clientondersteuner@pvge-best.nl
Clubcoördinatie	Sjef van Gastel, 06-83214814, clubcoordinator@pvge-best.nl
Collect.belangenbeh.	Luud Raaijmakers, 06-12763745, collectievebelangenbehartiging@pvge-best.nl
Individ.belangenbeh.	vacature
Computerhulp	Joost van Hak, 06-21404138 (tussen 10.00 en 17.00 uur) of David Wiedijk, DWD-ict, 06-13641224, info@dwd-ict.nl
Klushulp	Harry Zenner, 06-48563086, Fons Goris, 06-13370404
Ledenadministratie	Betty Kon, 0499-375579, ledenadministratie@pvge-best.nl
Penningmeester	Rob Bol, 06-22904310, penningmeester@pvge-best.nl
P&R, winkelkortingen	Koos Mulder, 06-39681065, pr-communicatie@pvge-best.nl
Redactie Actief	John Peeters, 0499-392917, redactie@pvge-best.nl
Secretariaat	David van Harten, 06-13095697, secretaris@pvge-best.nl
Thuisadministr.hulp	John ten Thije-Boonkamp, 0499-398700, john.ttb@icloud.com
Vertrouwenspersoon	Jaap Verduyn, 0499-310772, jverduyn@onsbrabantnet.nl
Vreugde & Verdriet	Marie-Louise Mattheeuwsen, 06-17028585, ml.mattheeuwsen@outlook.com
Websitebeheer	Herman Wester, 0499-396663 en Paul Sijbers, 06-54937187, webbeheer@pvge-best.nl

Een fauteuil met of zonder sta-op hulp!

STA-OP STOEL SPECIALIST



Hoofdstraat 36 - Best

Dinsdag t/m Zaterdag 10:00 tot 17:00 uur

www.staopstoel-specialist.nl



- Een stoel op maat! - Ook voor een relaxstoel zonder sta-op hulp
- Snelle levering mogelijk - Diverse stijlen, van landelijk tot modern

10%

korting

tegen inlevering van deze coupon



0499-377173

niet in combinatie met andere kortingen of aanbiedingen - korting berekend op brutoprijs

Bestuur PVGE Best



Colofon

Actief

Nieuwsblad van PVGE Best
Verschijnt tweemaandelijks

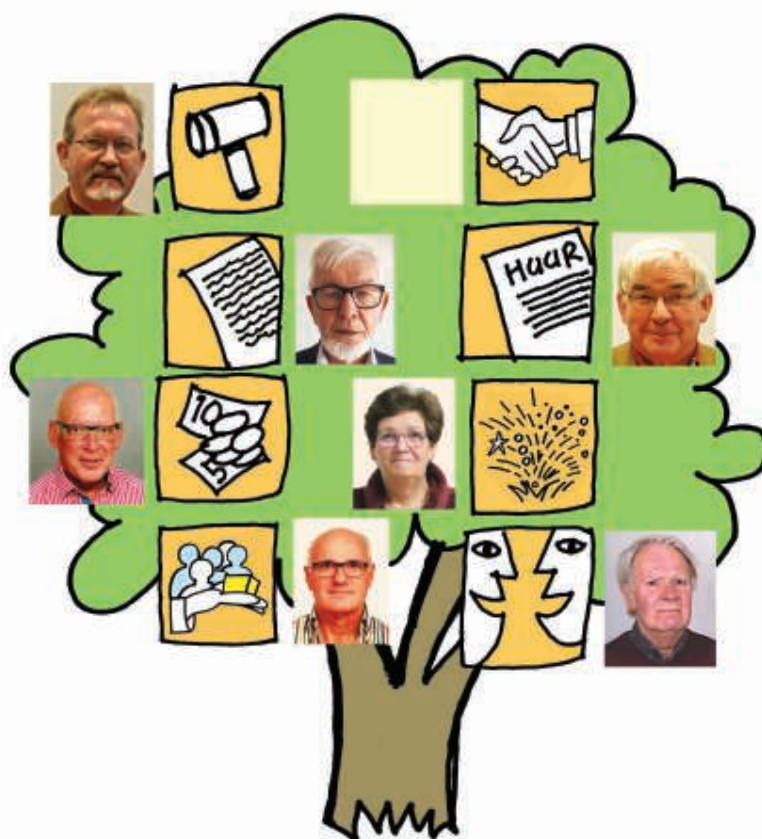
Eindredactie: Koos Mulder
Redacteur: John Peeters
Grafisch ontwerp: Gerard Wienk
Vormgeving: Liesbeth Damen
Foto cover: Anthony Conijn
Distributie: René Hendriks
Druk: Editoo Veenendaal

Correspondentieadres:
redactie@pvge-best.nl
Nazarethplein 144
5683 AK Best
NL49 RABO 0120246678
Actief is online te vinden op
de website: www.pvge.nl/best

Het volgende nummer verschijnt
7 december 2024
Inleveren kopij uiterlijk
10 november 2024

Advertenties:

Ondernemers en ook eigen leden
kunnen advertenties opgeven via:
redactie@pvge-best.nl



Cor van den Bosch Voorzitter
Stoelenmatter 41, 5683 NP Best
06-50638128
voorzitter@pvge-best.nl

David van Harten
Secretaris
Rendierhei 155 5685 HS Best
06-13095697
secretaris@pvge-best.nl

Rob Bol
Penningmeester
Vicevoorzitter
Wintereik 1, 5682 HN Best
06-22904310
penningmeester@pvge-best.nl

Luud Raaijmakers
Collectieve
Belangenbehartiging
Dijkbeemd 28, 5682 JR Best
06-12763745
collectievebelangenbehartiging@pvge-best.nl

Individuele belangenbehartiging
VACATURE

Sjef van Gastel
Coördinatie en Zaalhuur Clubs
Michiel de Ruijterstraat 62,
5684 BM Best
06-83214814
clubcoordinator@pvge-best.nl

Miranda Mennen Voorzitter
Evenementencommissie
Marie Raymakersstraat 4, 5683 EH Best
06-22743579
evenementen@pvge-best.nl

Koos Mulder
PR & Communicatie
Esdoornstraat 19, 5682 CM Best
06-39681065
pr-communicatie@pvge-best.nl