

Jan 2025-jaargang 38, Editie 1
Tweemaandelijks verenigingsblad
voor de leden van de PVGE Veldhoven

Met ruim 10.000 leden is de PVGE een van de
grootste seniorenverenigingen in
Zuidoost-Brabant.

Een Geweldig



2025



Optiek Verhoeven laat **zien** hoe het **hoort**.

Het adres voor vakkundige oogmetingen, hoortesten, adviezen en oplossingen voor uw ogen en oren.

Belt u om een afspraak te maken?

OPTIEK VERHOEVEN

Kapelstraat-Zuid 6 - Veldhoven - T. 040 253 24 83
www.optiekverhoeven.nl

VERHOEVEN HOORCOMFORT

Provincialeweg 55 - Veldhoven - T. 040 368 69 84
www.verhoeven-hoorcomfort.nl

PVGE
Veldhoven

Hallo toekomstige adverteerder.

Nu is een mooie gelegenheid om jouw bedrijf of instelling eens extra onder de aandacht te brengen bij meer dan 1600 senioren in Veldhoven en de naaste omgeving.

Onze tarieven zijn scherp, plaatsingsmogelijkheden zijn flexibel en je helpt daarmee direct dit verenigingsblad van de PVGE Veldhoven te laten voortbestaan.

We kunnen je ook helpen om je advertentie tip top naar jouw wensen in orde te maken zonder extra kosten.

Geïntereiseerd? Laat het ons weten:

Voor meer informatie bel ons gerust: 0650863901
of stuur een email naar veldpost@pvge-veldhoven.nl

Van de Redactie

In de terugkerende zoektocht naar een passende voorplaat die bij tijd en seizoen past of bij een feestelijke gelegenheid kwam ik deze uitgelaten man tegen.

Wat past er nou beter bij een vers nieuw jaar als een vrolijke, uitgelaten, hoopvolle verschijning.

Als je denkt hem te herkennen dan moet ik je teleurstellen; dit is een volledig met Artificial Intelligence gegenereerde man. Ik weet niet wat ze als invoer hebben gebruikt, maar vast iets met drank en pilletjes.

Jammer genoeg is de wereld op dit moment niet in dezelfde uitgelaten stemming. Wereldvrede is ver te zoeken en het weer helpt ook niet mee.

Laten we ons vastklampen aan deze enthousiaste man en het nieuwe jaar uitgelaten beginnen, wie weet straalt het af op iedereen.

Hopelijk stemt de inhoud van deze editie jullie even uitgelaten vrolijk als onze voorplaat.

Veel leesplezier.

Gert Boogerd.



Inhoudsopgave

- 5 Van de voorzitter,
In Memoriam Ben van den Berg
- 6 ALV, Nieuwjaarsreceptie
- 7 Excursie Genealogieclub Bronbeek
- 8 Programma Kunst & Cultuur, HUBA,
Wandelclubje in oprichting
- 9 Verslag Andre Rieu bezoek
- 10 Interview Jan Cuppen
- 11-15 Begrippenlijst Zorgtermen
- 16 Lezing Goudmijnen, Indische kookclub
- 17 Fotoclub
- 18 Schrijversclub Pennenvreugd
- 19 Boekbespreking
- 20 Programma Reisgroep, Reis België
- 21 Fit met Jack Gudden, Gedichten
- 23 Activiteitenkalender
- 24 Functietabel, EVA oproep

REDACTIE:

Gert Boogerd Jenneke Meesters
Trees Schermij Ben Kumeling
Marina Heutinck

VORMGEVING:

Gert Boogerd

DRUK:

Editoo B.V.
Arnhem

Editie	Inleveren vóór	Naar drukker	Verschijning
2	10-03-2025	24-03-2025	31-03-2025
3	05-05-2025	19-05-2025	26-05-2025
4	07-07-2025	21-07-2025	28-07-2025
5	08-09-2025	22-09-2025	29-09-2025
6	03-11-2025	17-11-2025	24-11-2025

Kopij zenden naar: veldpost@pvge-veldhoven.nl

Teksten liefst in MSWord, zonder opmaak.
Illustraties of foto's apart meesturen in hoge resolutie (> 150 dpi).

*De redactie van de Veldpost
houdt zich het recht voor om
ingezonden artikelen niet
of ingekort te plaatsen.*





Fysiotherapie
Veldhoven
Zuid

- Manuele therapie
- Sport fysiotherapie
- Oncologische fysiotherapie
- COPD revalidatie
- Geriatrie fysiotherapie
- Hart-, vaat- en longfysiotherapie
- Oedeem therapie
- Parkinsonbegeleiding
- Neurorevalidatie
- Fysiotherapie bij claudicatio intermittens



Frans Bekersstraat 1
5504 JA Veldhoven



Libra 14
5505 VK Veldhoven



Kapelstraat-Noord 134
5502 CE Veldhoven



Fysiotherapie
Veldhoven
Zuid

Fysiovisie
Kwaliteitsnetwerk fysiotherapie



040- 254 9230

www.fysioveldhoven.nl
info@fysioveldhoven.nl

Blijf bewegen...

... en wij helpen u graag om een goede keuze te maken uit onze sportcollecties!



**SPORTHUIS
OLYMPIA**

Dorpstraat 163 Veldhoven 040-2533437
WWW.SporthuisOlympia.nl

Van de Voorzitter

Een nieuw jaar is begonnen. Voor de leden die ik nog niet ontmoet heb op de Nieuwjaarsreceptie of bij de clubs: ik wens jullie, mede namens het bestuur, een voorspoedig, actief, maar vooral gezond 2025 toe. Blijf elkaar ontmoeten en voor zover mogelijk samen deelnemen aan de vele activiteiten die de PVGE te bieden heeft.

Over de Nieuwjaarsreceptie gesproken: er waren nog nooit zoveel mensen aanwezig (150!) en zij genoten van elkaar, van de prosecco en de heerlijke verse oliebollen. Dit toont denk ik aan dat er steeds meer mensen zich betrokken voelen bij onze vereniging. Het was een mooi begin van een hopelijk weer goed jaar. Aan onze vrijwilligers zal het niet liggen, zij hebben alweer heel veel activiteiten op de rol staan. Natuurlijk in de clubs maar ook onder andere op het gebied van reizen, soos en lezingen. Ook onze nieuwe kunst- en cultuurclub "De Trippers 2.0" gaat, na enkele activiteiten in de laatste maanden van 2024, nu vol van start met een jaarprogramma.

Daarnaast laat ik zeker het andere aandachtspunt van onze vereniging niet onvermeld: de zorg en de belangenbehartiging. Onze ziekenbezoekers, HUBA's en cliëntondersteuners, evenals de vertegenwoordigers in de Seniorenraad gaan onverminderd door met hun taak.

Het afgelopen jaar was een jubileumjaar met de daarbij horende grote evenementen. Dit jaar zullen we het met minder moeten doen. Maar toch willen we ook in 2025 een paar momenten plannen waarop er gezamenlijk genoten kan worden. Op dit moment zoeken we nog naar de invulling hiervan maar ook ideeën van de leden zijn hierbij zeer welkom.

Op PVGE-breed niveau staan er veranderingen op stapel die te maken hebben met de website en de ledenadministratie. Petra Bruens (secretariaat van de Koepel) gaat met pensioen. Hiervoor wordt nog een invulling gezocht.

De eerstvolgende gezamenlijke bijeenkomst van onze vereniging is de Algemene Ledenvergadering. De agenda hiervoor vind je in deze Veldpost. Naast de formele, vooral financiële zaken, staan er ook bestuurswijzigingen op de agenda. Na het vertrek van Hans Verburg als penningmeester heeft Marjo van de Vorst het stokje overgenomen. Zij heeft hier veel tijd en energie in gestoken, want tijdens een verenigingsjaar de financiën overnemen in een voor haar vreemd programma valt niet mee. Respect!

Op 9 januari overleed onze secretaris Ben van den Berg. Hij had al aangegeven zijn werkzaamheden af te willen bouwen maar nu is daar dus een vacature in het bestuur ontstaan. Dit alles heeft een flinke extra inzet van alle bestuursleden gevergd en ik wil hun dan ook via deze weg van harte bedanken voor hun betrokkenheid.

Tot slot wens ik iedereen nogmaals veel goeds voor het komende jaar, maak gebruik van de mogelijkheden die de PVGE je biedt en blijf gezond.

Wiel Berden

Jan 2025-jaargang 38, Editie 1

In Memoriam



Ben van den Berg

Op 9 januari 2025 overleed onze secretaris en rikclubcoach Ben van den Berg.

Hij was een man van weinig woorden, aardig en integer.

Als secretaris was hij betrouwbaar, deed hij wat afgesproken was en had veel kennis van zaken. Hij was degene die het meeste wist over wat zich in het verleden binnen de vereniging afgespeeld heeft en wist oude documenten feilloos te vinden. Dat was bijvoorbeeld afgelopen jaar vooral van waarde bij de opstelling van het Handboek Bestuur.

Ben was ook tot op het laatst actief als coach van de PVGE-Rikclub. Hij was een fanatiek rikker, was elke maandag als een van de eersten aanwezig en zorgde mede voor het inrichten van de zaal en het verdelen van de leden over de tafels. Daarbij hield hij ook secuur de standen bij van alle leden en maakte aan het eind van het jaar het klassement op. Een van zijn laatste opdrachten aan Koen, zijn zoon, was om vooral de actuele standen van de ridders aan zijn vervangers door te geven.

De laatste maanden sukkelde Ben voortdurend met zijn gezondheid. Hij vond het lastig dat hij afhankelijk was van anderen om de activiteiten van de PVGE bij te wonen. Vooral de maanden die hij door moest brengen voor revalidatie in Brunswijk vielen hem zwaar. Maar ook in deze tijd bleef hij zijn werk als secretaris uitvoeren. Totdat het echt niet meer kon, enkele weken geleden.

Met zijn overlijden verliest de PVGE-gemeenschap een toegewijde secretaris en coach die wij heel erg gaan missen; maar vooral missen wij nu al : de mens Ben.

Algemene Leden Vergadering



Voorlopige Agenda Algemene Ledenvergadering
PVGE Veldhoven, te houden op 20 maart 2025

Locatie: De Ligt, Ligt 157, Veldhoven

Aanvang: 14:00 uur

1. Opening
2. Ingekomen stukken en mededelingen
3. Verslag van de Algemene Ledenvergadering op 21 maart 2024
4. Jaarverslag 2024
5. Financieel verslag 2024 en balans 31 december 2024
6. Verslag kascontrole-commissie
7. Benoeming kascontrole-commissie 2025
8. Verkiezing bestuursleden.
9. Beleidsplan en werkplan 2025
10. Verenigingsraad
11. Informatie over de nieuwe opzet van de Koepel
12. WBTR (Wet bestuur en toezicht rechtspersonen)
13. Begroting 2025
14. Contributie 2025
15. Rondvraag en sluiting.

Voetnoten:

- De hierboven genoemde stukken (met uitzondering van de financiële stukken) zullen voorafgaand aan de vergadering op de website gepubliceerd worden. De financiële stukken worden tijdens de Ledenvergadering verspreid.
- In de loop van het afgelopen verenigingsjaar is Hans Verburg om persoonlijke redenen gestopt als penningmeester. Marjo van de Vorst heeft hem gedurende de rest van het jaar vervangen. Wij stellen voor om haar te benoemen als bestuurslid. Daarnaast is er, ten gevolge van het overlijden van onze secretaris Ben van de Berg, een vacature in het bestuur waarvoor nog geen naam bekend is.
- Leden kunnen kandidaten stellen voor de vrijgekomen functie(s). Namen van kandidaten moeten in dat geval tenminste een week vóór de datum van de Algemene Ledenvergadering bij het secretariaat van PVGE Veldhoven worden ingediend, voorzien van de benodigde handtekeningen en een bereidverklaring van de betrokken kandidaat. Indien nodig zal er tijdens de vergadering een verkiezingscommissie worden samengesteld.



Nieuwjaarsreceptie

Op zondag 5 januari 2025 werd de traditionele Nieuwjaarsreceptie in ontmoetingscentrum de Ligt gehouden. De leden van de PVGE hadden er zin in: tegen 11.00 uur waren er al veel tafels en stoelen bezet en moest de grote zaal er bij getrokken worden. De opkomst was ook dit jaar weer groter dan vorig jaar. Blijkbaar voldoet deze bijeenkomst aan de behoefte om elkaar na de Kerst- en Nieuwjaarsperiode te ontmoeten.

Zoals altijd werden we getrakteerd op een glas champagne met overheerlijke oliebolletjes. De oliebolletjes waren vers gebakken in een mobiele oliebolletjeskraam, die speciaal voor deze gelegenheid vroeg naar de Ligt was gekomen en aan het bakken was gegaan.

Nadat iedereen voorzien was van een glas champagne hield onze voorzitter Wiel Berden een korte toespraak.

2024 was een speciaal jaar voor de PVGE Veldhoven met veel festiviteiten: een lentelunch, ons veertig jarig jubileum in de Schalm, een pub quiz en een Open dag. Ook mochten we weer een aantal nieuwe leden verwelkomen. De PVGE is een gezonde vereniging. Namens het bestuur wenste hij iedereen een gelukkig en gezond 2025 toe.

Daarna was het tot 13.00 uur tijd om gezellig bij te kletsen met andere leden in clubverband of met andere leden van de vereniging



Diner: Dorpsgenot, Toterfout 13a

Wanneer	Dinsdag 11-03-2025, Aanvang 17:00 uur
Kosten	€19,00 per persoon drankjes komen voor eigen rekening
Aanmelden	Maandag 24-02-2025 via email samenuitetenveldhoven@outlook.com
Afmelden	Gerry Berden: 040 25 36 700 / 06 4032 6757
Info	www.pvge.nl/veldhoven/samen-uit-eten/

Excursie Bronbeek



Enkele malen per jaar organiseert de Genealogieclub van PVGE Veldhoven een dagtrip naar een locatie die haar leden vaak aanknopingspunten biedt voor verder onderzoek naar hun voor- en achtergeslacht. Op 29 november 2024 is Bronbeek in Arnhem de bestemming. Op dit landgoed -waar een tehuis voor veteranen is gevestigd- staat ook een museum gewijd aan de militair-koloniale geschiedenis van Nederland in 'ons' voormalig Nederlands-Indië. Op het terrein staat verder een aantal gebouwen die voor het beheer van het landgoed bestemd zijn, maar tegenwoordig ook voor diverse andere doeleinden gebruikt worden.

Zoals we van haar gewend zijn, heeft Monique Vervest deze excursie tot in details voorbereid. De belangstelling voor deze trip blijkt zo groot te zijn, dat ze zelfs een bus geregeld heeft die het merendeel van de deelnemers op de plaats van bestemming brengt. Behalve de partners van de deelnemende clubleden kunnen ook enkele andere belangstellenden van deze faciliteit gebruik maken. Het programma op Bronbeek zelf vindt zijn invulling vooral door de inspanningen van Hans Bommezijn. Hans is geboren in Nederlands-Indië en houdt zich al vele jaren bezig met de Nederlandse aanwezigheid in de verre Oost. Hij is een vaste bezoeker van Bronbeek en zijn kennis van alle

ins en outs staat garant voor een interessant programma.

Landgoed Bronbeek werd in 1820 als buitenplaats aangelegd en in 1854 aangekocht door Koning Willem III. Na een verbouwing schonk hij het al in 1857 aan de Staat der Nederlanden als koloniaal militair invalidentehuis. Aanvankelijk kwamen daarin KNIL-veteranen terecht, maar in recente tijd ook deelnemers aan andere krijgs- en vredesmissies. Een van de gebouwen op het landgoed is als museum ingericht. In de tuinen staan gedenktekens waar jaarlijks herdenkingen gehouden worden die altijd veel bezoekers trekken.

We worden onthaald met koffie en spekkoek, waarna we in drie groepen worden opgesplitst die ieder met een eigen gids een rondleiding over het landgoed krijgen. De verschillende monumenten krijgen de nodige aandacht, maar ook het Columbarium waarin de urnen van overleden veteranen een laatste rustplaats hebben gekregen.



En het boerderijgedeelte met landbouw en veeteelt faciliteiten, waarmee de bewoners van het landgoed min of meer self-supporting zijn. Na de rondleiding volgt een traditionele Indonesische rijsttafel, waarin iedereen gerechten en een drankje naar zijn gading kan vinden.



Het bezoek aan Bronbeek wordt afgesloten met een bezoek aan het fraaie museum, dat recent opnieuw is ingericht. Het besteedt aandacht aan 'onze' aanwezigheid in Indonesië. Maar in tegenstelling tot een eerdere inrichting van de tentoonstelling wordt nu ook aandacht geschonken aan de opvattingen en gevoelens van de inheemse bevolking leidend tot de onafhankelijkheidsverklaring in 1949.



Om half vijf vertrekken we weer, maar omdat we in de spits terecht komen arriveren we pas om zeven uur in Veldhoven. We kunnen terugkijken op een gezellige en inspirerende dag.

Albert Koning

Nieuws van de Trippers

De "Trippers 2.0", oftewel de Kunst & Cultuurcommissie van de PVGE Veldhoven, heeft een breed en interessant programma voor 2025 samengesteld met uitjes voor ieder wat wils.

De activiteiten van de Trippers richten zich op korte uitjes op kunst- en cultuurgebied. Ze duren maximaal een dagdeel, ze worden begeleid door een gids, de leden regelen zelf (of onderling) het vervoer, en er is gelegenheid om samen nog even (na) te genieten van het bezoek.

De volgende activiteiten staan gepland:

Voorjaar 2025

- Bezoek expositie MU in het Klokgebouw Eindhoven
- Bezoek Weverijmuseum Geldrop
- Wandelingen Historisch Zeelst, in samenwerking met het Erfgoedhuis Veldhoven

Zomer 2025

- Bezoek van Bommel Schoenen museum
- Bezoek Bierbrouwerij Berkel-Enschot

Najaar 2025

- Bezoek Museum De Dorpsdokter en de kruidentuin in Hilvarenbeek
- Bezoek Wijnboerderij Riethoven

De exacte data en tijden van deze uitjes zijn afhankelijk van de beschikbaarheid van lokale gidsen.

Zodra die bekend zijn worden die in een nieuwsflits bekend gemaakt.

Afhankelijk van het aantal aanmeldingen en het aantal deelnemers per gids word je wel of niet ingedeeld (vol=vol). Je krijgt een email ter bevestiging of je wel of niet bent ingedeeld. De deelnemerskosten dienen vooraf betaald te worden.

We houden een reservelijst aan en bij veel vraag gaan we kijken of er extra dagen georganiseerd kunnen worden.

Tripper 2.0 Tip

Een Tripper 2.0-tip voor alle PVGE-ers

Bezoek het depot van de **Stichting tot behoud van Historische Philips Producten**.

Dit museum herbergt een mooi overzicht van historische lampen, radio's, televisies, grammofoons, bandrecorders, huishoudelijke apparaten, computers, etc.

Bezoek adres

Philips Historische Producten
Looyenbeemd 24 (bij poort 7800 kun je gratis parkeren)
5652 BH Eindhoven



Website: www.sbhp.nl
(hier krijg je alvast een virtuele rondleiding...)

HUBA Belastingjaar 2024

Voor hulp bij het invullen van uw belastingaangifte zijn er in onze vereniging ook nu weer vrijwilligers beschikbaar. In de meeste gevallen zijn zij bereid daarvoor om aan huis te komen. Deze hulp is bedoeld voor leden van onze vereniging met een jaarinkomen van maximaal € 37.000 voor alleenstaanden en van € 55.000 voor gehuwden of samenwonenden. Verder moet het gaan om eenvoudige aangiften. De kosten bedragen € 12.--, te betalen aan de invulhulp.

Als je van deze hulp gebruik wilt maken dan kun je dat, liefst vóór 15 februari 2025, laten weten door het invullen van het formulier op onze website. Eventueel kun je een email sturen naar belastingservice@pvge-veldhoven.nl of bellen naar de contactpersoon.

Als je van deze hulp gebruik gaat maken, wil je dan alle relevante stukken van 2024 klaar hebben liggen, zoals:

- inkomensgegevens (jaaropgaven van de SVB, pensioenfondsen, lijfrenten, etc.)
- jaaropgave van uw hypotheekverstrekker
- WOZ-beschikking van de Gemeente
- afschriften van bankrekeningen
- nota's van medicijnen en/of bijzondere uitgaven voor ziektekosten
- bewijsstukken van gedane giften,
- correspondentie belastingdienst van 2024.

Contactpersoon:

Monique Vervest

Pastorielaan 39

5504 CN Veldhoven

040-2530962

belastingservice@pvge-veldhoven.nl

Nieuw wandelclubje

Nieuw op te richten (Krasse Knarren) Wandelclubje

Doel: Samen rustig blijven wandelen met rollator, met of zonder stok over goed begaanbare veilige paden.

Voorstel : Iedere eerste dinsdagmiddag van de maand verzamelen bij Mrs. Park, Meerhoven. (bij slecht weer wordt het de tweede dinsdagmiddag etc.; overleg in app-groepje)

Voor wie niet bij Mrs. Park kan komen valt er iets via carpooling te regelen.

Vanaf daar wordt een korte en/of langere wandeling gemaakt. Na afloop is de mogelijkheid om desgewenst samen iets te drinken.

Informatie en aanmelden bij Henriette Hardeman,
tel. 0621 854 524 of mail htm.hardeman2@gmail.com



Dagtocht André Rieu



Samen met 25 Nuenense leden gaan we naar het concert van André Rieu in het MECC in Maastricht. Eerst worden de Nuenense leden opgehaald. Vervolgens komt de bus, iets verlaat, in Veldhoven aan waar het complete aantal deelnemers, eveneens 25, al een klein kwartiertje staat te wachten.

De voor ons onbekende chauffeur, Mirco, kent Veldhoven niet en heeft bovendien een foutief adres doorgekregen van de touroperator. Gelukkig heeft hij gebeld voor het juiste adres dus dat kwam, met een beetje vertraging, in orde.

In een met kerstlampjes versierde bus gaan we op weg naar Grathem voor de lunch. Onderweg daar naar toe wordt in het kort het ontstaan en ontwikkeling van Veldhoven verteld, vanaf 750 tot heden. Vooral voor de Nuenense deelnemers maar zeker ook voor de Veldhovense geïnteresseerden.



De lunch was prima, we hebben onze buik kunnen vullen met onder andere broodjes, suikerbrood, divers beleg en een heerlijke kroket.

Onderweg naar Maastricht vertelt een van de Nuenense deelnemers iets over Nuenen en veel over hun bekendste inwoner ooit, Vincent van Gogh.

Uit het verhaal blijkt dat het de moeite waard is om het museum aldaar eens te bezoeken.

Bij het MECC aangekomen, we zijn niet de enigen die met een bus komen, is het aansluiten op de parkeerplaats. Er wordt in de bus verteld dat de jas beter in de bus kan blijven dan af te geven bij de garderobe. Er is plaats voor 12.000 toeschouwers.

Naar het toilet gaan in het MECC is een hele toer met hele lange wachtrijen! Ook al waren er heel veel toiletten.

De looprichting wijst ons de weg door een grote hal met daarin een heuse Kerstmarkt.

Er staat een aantal paren in Dickens kledij, kraampjes waar allerlei lekkers te koop is, diverse kerstbomen en een cafeetje waar je kunt zitten en iets drinken. Het was mooi ingericht en het rook er lekker. Maar door de drukte kon je er niet goed bij komen.

We gaan op zoek naar onze plaatsen. Voor de deelnemers met rollator en scootmobiel was dat nog wel een opgave. Deze hulpmiddelen moet onderaan de trap naar de tribunes blijven staan. En dan zelfstandig de trap op. Dat viel voor een aantal mensen niet mee. Maar met ondersteuning lukte het.

We hebben plaatsen op de bovenste rijen van de tribunes met prachtig uitzicht op de bühne.

De zaal is ingericht met kroonluchters en goudkleurige schermen. De achtergronden op de bühne zijn een, levendig, winters landschap waar af en toe een treintje door rijdt. Op het eind van de voorstelling komt er zelfs sneeuw naar beneden!

De voorstelling op zich is onbeschrijfelijk, zo mooi en divers. De muziek, de muzikanten en zangers, een harmonie van 400 personen, 100 dansparen, ja, zelfs schaatser.

Je moet het zelf een keer meemaken om het te begripen.



Na afloop wil iedereen natuurlijk richting uitgang. Eerst die tribunes af, dan de hulpmiddelen op, laten halen en met de meute mee. Dus weer de zaal met kerstmarkt door, een aantal moeten nodig naar het toilet, en ieder gaat op zoek naar de bus.

Het duurt wel even voordat de club compleet is en in de bus zit.

Dan vertrekken we richting Veldhoven. Iedereen is nog vol van de voorstelling en er worden herinneringen uitgewisseld.

In Veldhoven aangekomen nemen we hartelijk afscheid van de Nuenense deelnemers die verder rijden om de laatste groep in Nuenen af te leveren.

Dank ieder voor deze belevenis en misschien tot een volgende keer.

In gesprek met uitvinder Jan Cuppen



Bij binnenkomst zie je het meteen staan, een witte hoekige ring. Dat is de aanleiding om eens nader met Jan, PVGE-lid, in gesprek te gaan. Wat is het? Waar dient het voor? Waarom is hij er überhaupt ooit mee begonnen? Wat motiveert hem om al meer dan twintig jaar onderzoek uit te voeren met alle ups en downs die daarbij horen? Hoe werkt het? En hoe effectief is het? Vragen die Jan als onderzoeker zichzelf natuurlijk ook stelde: hij wil bewijs.

Voor de technici onder ons, het eenvoudig ogende apparaat wekt een magnetisch veld op. Het is de bedoeling dat het afweercellen in het menselijk of dierlijk lichaam activeert zodat ontstekingen minder kans krijgen om uit te breiden omdat ze meteen in het begin aangepakt worden.

Even terug in de tijd. Als jonge pas afgestudeerde wiskundige, zocht hij wat meer praktisch gericht werk en zo is hij bij Philips Medical terecht gekomen. Hij werkte onder andere aan de ontwikkeling van MRI-apparaten. Inmiddels zijn we allemaal wel vertrouwd met MRI-scans, de medische plaatjes van de binnenkant van ons lichaam.

Daar kwam hij in aanraking met een arts die beweerde patiënten van infecties te genezen middels het blootstel-

len aan een zwak magnetisch veld. Deze uitspraak moest onderbouwd worden maar niemand had daar voldoende tijd en geld voor en interesse in. Maar het idee werd toen wel in zijn hoofd geplant.

Naar aanleiding van een conflict tussen Philips voorman Boonstra, die van 'Let's make things better' en de baas van Medical, is Jan eruit gevlogen, dat was een flinke klap en het duurde even voor hij zich weer bij elkaar geraapt had. Alsnog geïnspireerd en gefascineerd door het bovenstaande onderzoeksidee is hij, ruim twintig jaar geleden, als zelfstandig ondernemer naar Wageningen gestapt om daar in samenwerking met onder meer professor Savelkoul (Celbiologie en Immunologie) proeven op te zetten in een laboratorium. Onderzoeksgelden moesten de onderzoekers zelf bij elkaar zien te vergaren

En zo begon Jan begin deze eeuw samen met een collega de eerste proef met goudvissen. U kent dat wel, goudvissen zwemmen in de dierenwinkel in een drukbevolkt aquarium rond. U koopt er vier voor de gezelligheid en binnen de kortste keren is de helft dood.

Tijdelijke blootstelling aan een magnetisch veld, pijnloos, bleek het sterftecijfer aanzienlijk te drukken. Waarlijk een interessante uitslag.

Een volgende dubbelblind *) opgezette proef met vleeskuikens die veel last hebben van darminfecties bleek ook goed uit te pakken. Proeven in binnen- en buitenland volgden. Eveneens praktijkproeven in stallen. In eerste instantie leken die succesvol maar daar speelden achteraf gezien mee dat een deel van de kippen waarschijnlijk al besmet was. En toen was er dus geen boer meer die daar nog aan mee wilde werken.

Maar niet getreurd. Als vasthoudend onderzoeker ging Jan door in Coronatijd. Ditmaal met bloed van gezonde vrijwilligers in samenwerking met ziekenhuis Bernhoven.

Wij waren in die tijd allemaal in de ban van nieuwe vaccins, maar dit is dus een ander spoor om het immuunsysteem vroegtijdig te activeren, vergelijkbaar met een vaccin. Effect vanaf dag één. In de bloedcellen was onder de

microscoop een klein beetje effect te zien. Nu is Jan zover dat hij vervolproeven wil doen om het laatste stukje bewijs te leveren.

Dit keer wil hij mensen onderzoeken die last hebben van steeds terugkerende blaasontsteking. Meestal wordt er dan uiteindelijk antibiotica gebruikt maar intussen heb je er al flink last van. Bovendien is een aantal bacteriën steeds beter bestand tegen antibiotica en dan helpt dat uiteindelijk niet meer. De elektromagnetische behandeling zou in zijn ogen dus een alternatief kunnen zijn. Helaas is er geen patiëntenvereniging voor dit type blaasontsteking en het geld is op. De inmiddels 70-jarige onderzoeker zou het heel jammer vinden als dit onderzoek weer jaren stil ligt of onderin de lade verdwijnt. Zijn motivatie: 'Het moet toch beter kunnen'.

Dat is een mooie afsluiting van dit interessante gesprek waarbij termen als 'placebo-effect', significant, Tesla, neutrofielen, auto-imuun, infectiedruk, uropathogene variant, me rond de oren vlogen. Die heb ik in dit stuk maar weggelaten, maar mocht u geïnteresseerd zijn dan kunt u via de redactie contact opnemen met deze bevroren onderzoeker.

Interviewer Marina Heutinck

**) Dubbelblind onderzoek is de manier waarop een goede onderzoeker te werk gaat. Altijd twee vergelijkbare groepen, in dit geval kippen, waarvan de ene groep wel behandeld wordt en de andere groep niet. Bovendien mag degene die de beesten verzorgt geen weet hebben welke dieren wel en welke niet behandeld zijn.*

Wat doet een uitvinder in zijn vrije tijd?

Gewoon iets anders uitvinden.

Deze brievenweger van Jan zou het uitstekend als cadeautje doen.

Aan de stand zie je meteen: ik heb 1, 2 of 3 postzegels nodig.



Begrippenlijst Zorg

Iedereen die zorg nodig heeft, krijgt te maken met een overvloed aan regels, afkortingen en zorgverleners. Welke wetgeving is er? Wat doet een mantelzorgmakelaar? Wat is een hospice? En waar moet je zijn, als je hulp in de huishouding nodig hebt? Deze begrippenlijst is misschien niet 100% volledig maar helpt je op weg om je vragen te beantwoorden.

Een aantal begrippen in de lijst heeft 3 sterren ***.

Voor deze zaken kun je terecht bij een WMO clientondersteuner.



A

Autorijden: Als je een lichamelijke beperking hebt, kun je jouw auto laten aanpassen. Denk bijvoorbeeld aan een schakeling op maat of een zwenkstoel. Een vergoeding voor zo'n aanpassing vraag je aan bij de gemeente als het om privégebruik gaat. ***

B

Begeleiding (via de gemeente): Woon je nog zelfstandig, maar kun je wel wat extra hulp gebruiken? Bijvoorbeeld om de administratie op orde te houden? Dan is het een goed idee om bij de gemeente begeleiding aan te vragen. ***

C

Casemanager dementie: Als je alzheimer of een andere vorm van dementie hebt dan heb je recht op een casemanager dementie. De casemanager is meestal een wijkverpleegkundige, gespecialiseerd in dementie. Hij of zij geeft uitleg, praktische adviezen en emotionele steun. Ook aan mantelzorgers.

CAK: Centraal Administratie Kantoor. Het CAK int de eigen bijdragen voor de WMO (Wet Maatschappelijke Ondersteuning) en de WLZ (Wet Langdurige Zorg). Op de website kun je proefberekeningen maken van de eigen bijdrage.

Canta: Als je slecht ter been bent, is een gehandicaptenvoertuig misschien een goed idee. De Canta is een 'gehandicaptenvoertuig met een gesloten carrosserie'. Het is een kleine auto, waar hooguit twee personen in passen.

CIZ: Centrum Indicatiestelling Zorg. Bij het CIZ kun je hulp aanvragen vanuit de Wet Langdurige Zorg (WLZ)), bijvoorbeeld om thuis 24-uurszorg te kunnen krijgen of een opname in het verpleeghuis.

Clïëntondersteuner: De clïëntondersteuner is gratis; de gemeente betaalt de kosten. Toch is de (vrijwillige) clïëntondersteuner onafhankelijk. Hij of zij komt op voor jouw belangen. Je kunt advies vragen over 24-uurs zorg thuis, of over opname in een verpleeghuis. ***

D

Dagopvang of dagbesteding: Dagopvang is bedoeld voor ouderen die thuis wonen en extra ondersteuning nodig hebben. Er is professionele begeleiding aanwezig en zorg als dat nodig is. Tevens kan vervoer van- en naar de dagopvang geregeld worden. ***

Dementie: Maar liefst één op de vijf Nederlanders krijgt vroeg of laat dementie. Dementie is een verzamelnaam voor ruim vijftig ziektes, maar het overgrote deel van de mensen met dementie (zo'n 70 procent) heeft de ziekte van Alzheimer. Een behandeling die deze ziekte voorkomt, stopt of geneest is er (nog) niet.

E

Elektrische rolstoel: Een elektrische rolstoel is een uitkomst als je jouw rolstoel niet meer handmatig kunt bedienen. Elektrische rolstoelen zijn vooral handig voor korte afstanden. Bedenk vooraf welke elektrische rolstoel bij je situatie past. ***

Eerstelijnsverblijf: Als je uit het ziekenhuis komt en nog zorg nodig hebt, kan de transferverpleegkundige je doorverwijzen naar een tijdelijk bed in een zorginstelling. Dit heet 'eerstelijns verblijf'.

Extramurale zorg: Als je langdurige zorg nodig hebt en je deze zorg thuis krijgt, heet dat extramurale zorg. Extramuraal betekent 'buiten de muren van de zorginstelling'. Met extramurale thuiszorg kun je langer thuis blijven wonen.

G

Gehandicaptenvoertuig: Ook als je slecht ter been bent, kun je op pad gaan. Met een scootmobiel, (elektrische) rolstoel, brommobiel of Canta kun je zelfstandig deelnemen aan het verkeer. Veel mensen gebruiken ook een brommobiel als gehandicaptenvoertuig. ***

Gehandicaptenparkeerkaart: Heb je een handicap? Zit je in een rolstoel? Kun je niet verder lopen dan 100 meter zonder stok of krukken? En duurt dat al meer dan een half jaar? Dan kun je een gehandicaptenparkeerkaart aanvragen.

H

Hospice: In een hospice worden mensen verzorgd die niet meer kunnen genezen. Hospices zijn kleinschalig opgezet en huiselijk ingericht. Zorgprofessionals en vrijwilligers werken samen om de laatste dagen van je leven zo fijn mogelijk te maken.

Huisarts: Heb je lichamelijke of psychische klachten? De huisarts is je eerste aanspreekpunt. Hij of zij adviseert, onderzoekt en behandelt. Als het nodig is, verwijst de huisarts je door, bijvoorbeeld naar een specialist.

Huishoudelijke hulp: Je zoekt hulp bij het schoonhouden binnenshuis, of de was doen. Met een WMO indicatie mag je een huishoudelijke hulp aanvragen. Huishoudelijke hulp vraag je aan bij de gemeente. Heb je een kleinere beurs, dan kun je voor een incidenteel klusje een aanvraag in Veldhoven doen bij Cordaad. ***

Hulpmiddelen: Soms heb je (tijdelijk) een hulpmiddel nodig. Bijvoorbeeld omdat je revalideert of herstelt van een operatie. Of omdat je verpleging aan huis krijgt. Vaak kun je zo'n hulpmiddel gratis lenen, of tegen een kleine vergoeding.

I

Intramurale zorg: Als je naar het verpleeghuis gaat, krijg je intramurale zorg. Intramuraal betekent 'binnen de muren van de zorginstelling'.

K

Kangoeroe wonen: Twee woningen onder één dak: dat is een kangoeroewoning. Andere namen zijn buidelwoning, gekoppelde woning of meergeneratie-woning. De woningen zijn gescheiden door een tussendeur, die afsluitbaar is.

Keukentafelgesprek: Heb je thuis hulp nodig? Veel vormen van begeleiding vraag je aan bij de gemeente. De gemeente is verantwoordelijk voor de uitvoering van de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO). De gemeente onderzoekt of je inderdaad hulp nodig hebt. In de gemeente Veldhoven is het gebruikelijk dat er na een aanvraag een keukentafel gesprek komt om over de problemen en hulpvraag te praten. Een cliëntondersteuner kan je helpen om dit gesprek voor te bereiden, te begeleiden. ***

L

Logeerbedden: Als je uit het ziekenhuis komt en nog zorg nodig hebt, kan de transferverpleegkundige je doorverwijzen naar een tijdelijk bed in een zorginstelling. Dit heet 'eerstelijns verblijf'.

M

Maatschappelijk werker: Voel je je eenzaam? Heb je vragen over regelingen? Een maatschappelijk werker – of sociaal werker – kan helpen. In de gemeente Veldhoven kun je terecht bij Cordaad. Het spreekuur is gratis.

Mantelzorg: Langdurig en onbetaald zorgen voor een partner, familielid, vriend of bekende, noemen we mantelzorg. In Veldhoven biedt SWOVE gratis ondersteuning aan mantelzorgers.

Mantelzorgmakelaar: Een mantelzorger moet veel regelen. Een mantelzorgmakelaar kan helpen bij taken die veel tijd en energie kosten. Bijvoorbeeld bij het aanvragen van een indicatie of een persoonsgebonden budget (pgb). En ook bij het invullen van formulieren, of het op orde krijgen van de administratie. De mantelzorgmakelaar kan als zelfstandige werken of in dienst van een welzijns- of zorgorganisatie. Veel aanvullende zorgverzekeringen bieden een (gedeeltelijke) vergoeding voor een mantelzorgmakelaar.

Meerzorg: Meerzorg is bedoeld voor mensen die minimaal 25 procent meer zorg nodig hebben dan in hun zorgprofiel is vastgesteld. Alleen specifieke hoge zorgprofielen komen hiervoor in aanmerking. Meerzorg vraag je aan bij het zorgkantoor.

Modulair Pakket Thuis (MPT): 24-uurs zorg krijg je in principe in een verpleeghuis. Wil je liever thuis blijven wonen? Dat kan. Je kunt 24-uurs zorg ook thuis ontvangen, maar alleen als de kosten niet hoger zijn dan het verblijf in een instelling. MPT is variant op het Volledig Pakket Thuis (VPT). Het verschil is, dat niet één zorginstelling alle benodigde zorg en ondersteuning levert, maar dat je hulp krijgt van verschillende zorgaanbieders. Het zorgkantoor bepaalt of zorg thuis haalbaar is.

O

Online zorg: Zorg op afstand oftewel beeldzorg werkt via de computer of een tablet. Werkt je thuiszorgorganisatie met beeldzorg? Dan kun je een tablet in bruikleen krijgen. Je leert ook hoe je met de tablet moet omgaan. Informeer bij je eigen thuiszorgorganisatie naar de mogelijkheden.

Ouderenadviseur: De PVGE heeft een ouderenadviseur in dienst. Je kunt er terecht met allerlei vragen: over wonen, zorg, welzijn en financiën. De ouderenadviseur weet ook welke activiteiten de gemeente organiseert voor ouderen.***

Overbruggingszorg: Overbruggingszorg is bedoeld voor mensen die op de wachtlijst staan van een verpleeghuis. Dankzij de overbruggingszorg krijg je de zorg die je nodig hebt en waar je een indicatie voor hebt, totdat je terecht kunt in een verpleeghuis. Voor overbruggingszorg moet je een eigen bijdrage betalen die afhankelijk is van je inkomen.

P

Persoonlijk Assistentie Budget: Een Persoonlijk Assistentie Budget (PAB) is een extra budget dat je ontvangt bovenop een Persoonsgebonden budget (pgb). Het is bedoeld voor mensen met een zware lichamelijke beperking, die 24 uur per dag zorg nodig hebben om levensbedreigende situaties te voorkomen. Je kunt dit budget alleen krijgen als je zelf alle taken en verplichtingen kunt uitvoeren die bij een pgb horen. Je vraagt dit budget aan bij het zorgkantoor.

Persoonsgebonden budget (pgb): Bedrag waarmee je naar eigen inzicht zorg en hulpmiddelen kunt inkopen. Het pgb is de tegenhanger van 'zorg in natura', waarbij de zorgorganisatie de hulp regelt.***

Palliatief verpleegkundige: Kun je niet meer beter worden? Een palliatief verpleegkundige geeft je informatie over de mogelijkheden van verzorging in je eigen huis. En ook over medicatie of lichamelijke klachten. De palliatief verpleegkundige werkt meestal samen met andere verpleegkundigen.

Palliatieve zorg: Palliatieve zorg is alle zorg die erop gericht is de kwaliteit van leven te verbeteren van mensen die niet meer kunnen genezen, stervende zijn. Palliatie betekent verzachting of verlichting.

Particuliere hulp: Particuliere zorgbureaus bieden veel soorten hulp en diensten aan. Voor ieder probleem hebben zij wel een oplossing, vaak tegen een betaalbare prijs. Bovendien is er soms een vergoeding van de kosten mogelijk.

Personenalarm: Ben je bang om te vallen en niet meer overeind te kunnen komen? Of ben je weleens duizelig of benauwd? Voel je je niet altijd meer veilig in huis? Met een personenalarm kun je anderen alarmeren als er binnenshuis iets met je aan de hand is.

Praktijkondersteuner: In veel huisartsenpraktijken werken praktijkondersteuners. Zij hebben een eigen spreekuur. De praktijkondersteuner geeft zorg en informatie aan mensen met een chronische aandoening. Bijvoorbeeld diabetes of astma. Vaak is er een aparte praktijkondersteuner GGZ, voor psychische klachten.

Praktijkverpleegkundige ouderenzorg: Een praktijkverpleegkundige ouderenzorg is een gespecialiseerde praktijkondersteuner. Een groot deel van de patiënten van een huisarts zijn ouderen. De praktijkverpleegkundige ouderenzorg ondersteunt de huisarts bij het leveren van deze zorg en is hiervoor speciaal opgeleid. Deze praktijkondersteuner gaat bijvoorbeeld op huisbezoek bij ouderen en overlegt met andere zorgverleners, zoals een fysiotherapeut of specialist in het ziekenhuis.

R

Regeling Extra Kosten Thuis: De Regeling Extra Kosten Thuis (EKT) is bestemd voor mensen met een modulair pakket thuis of pgb, die extra zorg nodig hebben. Je kunt er aanvullende persoonlijke verzorging, verpleging, individuele begeleiding, groepsbegeleiding, vervoer en huishoudelijke hulp mee betalen. Je vraagt de extra zorg aan bij het zorgkantoor.

Rollator: Er zijn veel soorten rollators. Dat maakt het moeilijk om een keuze te maken. Ze hebben immers toch allemaal 4 wielen met degelijke handvatten om op te steunen? Ga eerst na waar je hem precies voor wilt gebruiken: binnen/buiten, opklapbaar, en met welke accessoires. Laat je eerst goed voorlichten voordat je er eentje aanschaft.

S

Scootmobiel: Een scootmobiel is een uitkomst voor mensen die minder mobiel zijn en bewegingsvrijheid willen.

Specialist ouderengeneeskunde: De verpleeghuisarts heeft een nieuwe naam: specialist ouderengeneeskunde. Deze arts is gespecialiseerd in ouderdomsziekten en chronische ziekten. Hij of zij komt ook bij jou thuis, als dat nodig is. Dit gebeurt vaak na een verzoek van de huisarts of de wijkverpleegkundige.

Steunpunt Mantelzorg: De gemeenten Veldhoven heeft een Steunpunt Mantelzorg: SWOVE. Zorg je voor een naaste? Dan kun je bij het SWOVE terecht voor een luisterend oor en praktische hulp.

T

Tablets voor ouderen: Een tablet is een kleine, platte, draagbare computer. Het grote verschil met een gewone computer of een laptop is het aanraakscherm. Als je zelfstandig thuis woont, kan een tablet, naast andere hulpmiddelen, handig zijn.

Thuiszorg: Verpleging en (medische) verzorging thuis zijn een onderdeel van het basispakket van je zorgverzekering. Je hoeft geen eigen risico te betalen. De wijkverpleegkundige bekijkt samen met jou welke zorg je precies nodig hebt.

Transferverpleegkundige: Kom je uit het ziekenhuis en moet je verder herstellen? Een transferverpleegkundige regelt de juiste nazorg. Dat kan thuiszorg zijn, of een tijdelijke opname in een zorginstelling. De transferverpleegkundige regelt ook machtigingen van zorgverzekeraars en de apparatuur en hulpmiddelen die nodig zijn.

V

Verpleeghuis: Als het thuis echt niet meer gaat, kun je dat met je huisarts of de wijkverpleegkundige bespreken. Eén van beiden kan dan een opname in het verpleeghuis aanvragen. Het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ) geeft daarna de indicatie af. In de meeste verpleeghuizen kunt je niet gelijk terecht. Er zijn wachtlijsten.

Vervoer op maat: Je wilt eropuit, maar hebt geen eigen vervoer. Hoe kom je dan op de plaats van bestemming? Er zijn allerlei mogelijkheden voor vervoer op maat vanuit de WMO, zowel voor kleine ritjes als voor langere reizen. Neem contact op met de gemeente.

Volledig Pakket Thuis (VPT): 24-uurs zorg krijg je in principe in een verpleeghuis. Wil je liever thuis blijven wonen? Dat kan. Je kunt 24-uurs zorg ook thuis ontvangen, maar alleen als de kosten niet hoger zijn dan het verblijf in een instelling. Het Volledig Pakket Thuis (VPT) wordt verzorgd door een zorginstelling in jouw buurt. Het pakket bestaat onder meer uit persoonlijke verzorging, verpleging, huishoudelijke hulp, vervoer en begeleiding naar arts en ziekenhuis, een alarmeringssysteem en maaltijden. Je betaalt een eigen bijdrage die lager is dan bij opname in een verpleeghuis, omdat je de huur of hypotheek van je eigen woning en andere vaste lasten, zelf blijft betalen. Het zorgkantoor bepaalt of zorg thuis haalbaar is.

W

Wet Langdurige Zorg (WLZ): Wet die 24-uurszorg regelt voor mensen die blijvend intensieve zorg nodig hebben.

Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO): Wet die regelt dat gemeenten hulp bieden aan mensen die hulp nodig hebben bij zelfstandig wonen en bij het ontmoeten van anderen. De WMO beoordeelt of er recht is op vergoeding voor bijvoorbeeld vervoer, woningaanpassingen.

Wet zorg en dwang (WzD): De Wet zorg en dwang geeft zorgverleners regels voor het toepassen van onvrijwillige zorg. Doel van de wet is om zoveel mogelijk onvrijwillige zorg (zorg die iemand zelf niet wil hebben) te voorkomen.

Wijkverpleegkundige: Een wijkverpleegkundige komt bij je thuis voor medische handelingen. Bijvoorbeeld: het geven van injecties, het toedienen van medicijnen of wondverzorging. Ook het aanleggen van een infuus is een taak van de wijkverpleegkundige. Je kunt contact opnemen met je huisarts of je zorgaanbieder.

WMO Cliëntondersteuner: De WMO cliëntondersteuner staat naast de cliënt, denkt met mee over zorg en ondersteuning en helpt met informatie, advies en voorlichting en verheldert de hulpvraag. Het ontlast de cliënt omdat er iemand meekijkt die weet welke wetten en regels er gelden, zeker bij complexe vragen. Het doel van WMO cliëntondersteuning is de zelfredzaamheid en participatie van mensen te versterken.

WMO-consulent: Wil je huishulp aanvragen vanuit de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO)? De WMO-consulent helpt daarbij. De WMO-consulent werkt namens de gemeente. Je krijgt een uitnodiging voor een gesprek, het zogenoemde keukentafelgesprek. Daarna zoekt de WMO-consulent naar de beste oplossing.***

WMO-vervoerspaspas: Als je door een handicap geen gebruik meer kunt maken van het openbaar vervoer, kun je bij de gemeente een vervoersvoorziening aanvragen. Nadat je aanvraag positief is beoordeeld, ontvang je een WMO-vervoerspaspas.

Z

Zelfstandig wonen: Het bejaardenhuis bestaat niet meer. Langer zelfstandig wonen, dat is de trend. Dat is mogelijk door goede zorg en ondersteuning thuis en mantelzorgers te ondersteunen. Ook zijn er zijn hulpmiddelen en kunnen er wat aanpassingen aan je huis worden gemaakt, bijvoorbeeld het automatisch aan-en uitzetten van licht.

Zorgboerderij: Steeds meer zorgboerderijen bieden dagopvang aan voor mensen met dementie. De populariteit van de zorgboerderij neemt toe: zorgboerderijen bieden een prettige combinatie van huiselijkheid, buitenlucht, vrijheid en het gevoel iets nuttigs te doen.

Zorgcoöperatie: In een zorgcoöperatie regelen bewoners van een dorp of wijk zelf zorg en ondersteuning. Zo kunnen ouderen langer thuis blijven wonen.

Zorghotel: Er komen steeds meer zorghotels in Nederland. In een zorghotel kun je terecht als je tijdelijke zorg nodig hebt. Bijvoorbeeld na een operatie. Het is ook een mooie oplossing als jouw mantelzorger even niet beschikbaar is. Of als je er zelf even tussenuit wilt.

Zorgindicatie: Heb je blijvend intensieve zorg nodig? Dan heb je zorg nodig vanuit de Wet Langdurige Zorg (WLZ)). Om die zorg te krijgen, heb je een zogenaamde indicatie nodig. Met een indicatie op zak, heb je toestemming om deze zorg aan te vragen en te krijgen.

Zorgkantoor: Het zorgkantoor “CZ regio Zuidoost Brabant” helpt bij het vinden van passende zorg. Het kijkt samen met jou welke Wlz-zorg het beste bij je wensen, gewoonten en zorgbehoeften past. Het zorgkantoor maakt afspraken met lokale instellingen over de kwaliteit en de betaling van de zorg.

Zorgplan: Als je thuiszorg krijgt, kun je te maken krijgen met een zorgplan. Daarin staan de afspraken die je maakt met je zorgverlener(s) over de hulp en zorg die je krijgt. Voor verpleeghuiszorg is een zorgplan verplicht.

Zorgrobots: Zorgrobots zijn slimme robots die spreken en luisteren. Zorgrobots helpen bij allerlei dagelijkse activiteiten, zoals het herinneren aan een afspraak. Ze bieden vaak ook gezelschap en geborgenheid. Zorgrobots helpen je bij het in beweging brengen, communiceren of vermaken. Soms volgen ze jouw gedrag, bijvoorbeeld hoe vaak je drinkt, of hoe lang je slaapt. Zorgrobots komen in verschillende vormen voor waaronder mensjes (humanoïde)

Zorgverlof: Ben je mantelzorger en heb je een betaalde baan? Dan heb je recht op zorgverlof.

Zorgverzekeringswet (Zvw): Verpleging en (medische) verzorging thuis zijn een onderdeel van het basispakket van uw zorgverzekering. Je hoeft geen eigen risico te betalen. De wijkverpleegkundige bekijkt samen met jou welke zorg je precies nodig hebt.

Disclaimer:

De **Begrippenlijst Zorg** is niet volledig en je kunt er geen aanspraak op maken. De regelgeving in de zorg een complexe materie en aan verandering onderhevig. We willen met deze lijst geen valse of irreële verwachtingen creëren. De wachtlijsten zijn overal erg lang en het komt voor dat mensen helaas geen of te laat hulp krijgen. Dat is dan echt schrijnend. De politiek (landelijk en gemeente) loopt vast op de uitvoering van haar eigen beleid. Veldhoven is geen slechte gemeente om te wonen voor ouderen, maar ook Veldhoven kampt met een gebrek aan zorgpersoneel.

Advies:

Binnen de PVGE Veldhoven beschikken we over een WMO Cliëntondersteuner: **Nicole Janssen**. Maak gebruik van haar kennis, indien nodig. Dat kan voor jezelf of je partner zijn. Of wijs andere PVGE leden op deze mogelijkheid. Op de laatste bladzijde van de Veldpost en op de site van de PVGE vind je de contactgegevens. Voor een aantal begrippen in de lijst die met 3 sterren *** zijn gemarkeerd kun je terecht bij de onze WMO Clientondersteuner.



Lezing “Goudwinning”

14 februari 2025

“Kleinschalige Goudwinning – een verhaal over Frans Guyana “

door Marieke Heemskerk

Samenvatting

Goud; we gebruiken het allemaal. In een trouwring en in andere sieraden, in een mobieltje of elektronica, in medicijnen en tandheelkunde, of misschien als investering. Het zit in sommige auto's en touchscreens; het wordt gebruikt in de ruimtevaartindustrie, en de meeste landen houden reserves aan om de economie te ondersteunen. Maar vraagt u zich ooit af waar dat goud vandaan komt, en of de bron wel legitiem is?

Goud wordt gewonnen door internationale mijnbouwbedrijven, maar ook door zo'n 15-20 miljoen mensen als kleinschalige goudzoekers; vrouwen en mannen uit lage-inkomenslanden. In deze presentatie ga ik het hebben over deze kleinschalige goudzoekers, en de methoden die ze gebruiken om het goud uit de grond te halen, en de gevolgen daarvan voor het milieu en omliggende gemeenschappen. Hierbij zoom ik in op de situatie in Frans Guyana, een overzees gebiedsdeel van Frankrijk; het enige deel van Europa waar grote aantallen kleinschalige goudzoekers werken. Deze kleinschalige goudzoekers in Frans Guyana zijn voornamelijk Braziliaanse garimpeiros, die illegaal in het tropische bos van Frans Guyana werken. Frankrijk, als lid van de EU, is niet gelukkig met deze garimpeiros, en doet er alles aan om ze te ontmoedigen en te verjagen – tot nu toe met weinig succes.

Ik bespreek de achtergrond en het leven van deze garimpeiros, en de manieren waarop ze het illegaal gewonnen goud uit Frans Guyana weten te legaliseren, zodat het uiteindelijk bij u terecht komt.



De Spreker

Dr. Marieke Heemskerk groeide op in Veldhoven. Na het Anton van Duinkerken college studeerde ze Geschiedenis in Utrecht.

Ze promoveerde op het onderwerp “Kleinschalige Goudzoekerij in Suriname” bij de faculteit Latin American Studies van de University of Florida in Gainesville.

Tot voor kort woonde ze in Suriname. Ze was enige tijd werkzaam bij de stichting Amazon Conservation Team. Later startte ze een eigen onderzoeksbureau gespecialiseerd in studies over de sociale en de milieu- en gezondheidseffecten van economische activiteiten als de mijnbouw en de oliewinning. Marieke is getrouwd, heeft 2 kinderen, en is de dochter van onze lezingencoördinator.

Datum & Tijd

Vrijdag: 14 februari 2025

Tijd : 14:00 – 16:00 uur (inloop vanaf 13:30 uur)

In verband met de zaal-planning en koffie word je vriendelijk verzocht om je liefst vóór woensdag 12 februari 2025 aan te melden.

Locatie:

Buurthuis Zilst (voorheen 't Patronaat)
Blaarthemseweg 18
5502 JV Veldhoven

Kosten:

2,- per persoon, contant of PIN (ja graag!) aan de ingang van de zaal.

De koffie/thee in de pauze is gratis.

Deze lezing door de PVGE Veldhoven staat open voor zowel leden als niet-leden.

Nieuwe leden kookclub

Bij de PVGE Indische Kookclub is per direct plaats voor 1 of 2 nieuwe deelnemers!

Wij starten weer op 21 januari 2025.

Meld je aan bij: Bob Groeneveld,
bobgroen41@gmail.com



Jaarafsluiting Fotoclub

Fotoclub 't Tweespan sloot op 19 december het succesvol jaar 2024 af.

De fotoclub is onderdeel van de PVGE computerclub en komt elke vierde donderdagmiddag van de maand bij elkaar in 't Tweespan.

Ons laatste thema was Licht, dat past goed bij de maand december. We vertoonden en bespraken foto's met kaarsen, lampen, en ook met de zon, die deze maand toch weinig te zien was.

Via een enquête keken we terug op het afgelopen jaar. We besloten om in 2025 op ongeveer vergelijkbare wijze verder te gaan.

Elke maand kozen we een passend thema voor een foto-opdracht. Een van de opdrachten was het thema Eenvoud. We probeerden om in deze overvolle en drukke wereld iets eenvoudigs te fotograferen, al viel dat niet altijd mee. De resultaten waren toch zeer verrassend.



Het thema Ritme was goed uit te beelden, ook zonder meteen aan muziek te denken.

Naar aanleiding van het thema Weg gingen we op weg om weggetjes te zoeken en kwamen we op verrassende paden terecht.

Het uitstapen in mei met de fotoclub was naar het bijzondere Strijp S: we keken onze ogen uit.



Bij het thema Herfst ontdekten we dat er dit jaar minder paddenstoelen waren, maar er werden toch enkele bijzondere exemplaren gefotografeerd. Van de vliegenzwam werd een timelapse gemaakt. Dat is een lang project, waarbij planning en veel geduld nodig is.

Elke bijeenkomst bespraken we de ingezonden foto's, die soms ook met een smartphone waren gemaakt. We letten op de compositie, de originaliteit en de techniek.

Bij de Fotoclub zijn nog enkele plaatsen vrij voor nieuwe leden. Het soort fototoestel dat je hebt is niet het belangrijkste.

Als je plezier hebt in het maken van foto's ben je op 27 februari 2025 om 14.00 uur van harte welkom in de noodbouw van 't Tweespan.

Johan van Zijll Langhout
johanvanzijll@gmail.com



Schrijfclub Pennenvreugd



De schrijfclub pennenvreugd is een club van fanatieke leden. Op de dag dat we bij elkaar komen krijg je ter plekke een opdracht. We schrijven daar dan over. Elke maand krijg je ook een opdracht om thuis te maken. Onderstaand een voorbeeld van zo'n opdracht van ons clublid Mieke van der Zaan. Deze bespreken we dan op de samenkomstdag.

Word je hier enthousiast van en wil je een keer mee komen doen dan ben je van harte welkom. Stuur dan een mail naar catelijne.prinsen@gmail.com

Opdracht:

Schrijf tot 500 woorden een verhaal over de herfst.

Beschrijf uitgebreid zintuiglijk de details van herfstachtig.

Maak er een duidelijke verhaallijn in. Creëer een scène met de herfstseer en probeer daar dialogen in te schrijven.

Herfst:

Ik liep langs een school waar ook peuters worden opgevangen. Ze zongen uit volle borst. 'Herfst, herfst wat heb je te koop? Duizend kilo bladeren op een hoop. Zakken vol met wind. Ja mijn kind. Ik weet niet of jij dat aardig vindt.'

Uit ervaring weet ik dat er rond deze tijd appelmoes gemaakt wordt. De peuters genieten ervan. Mijn vriendin is leidinggevende op een andere peuterspeelzaal en ik heb haar vaak geholpen. Morgen ga ik er weer naar toe. In de speelzaal staat een vierkante tafel. Daarop liggen rode, gele en donkerbruine bladeren. Er liggen ook kastanjes, eikeltjes, hoedjes en beukenootjes. De kinderen hadden het zelf verzameld. 'Waarom vallen de blaadjes van de bomen?' vraag ik de volgende dag aan een kindje. Het kindje antwoordt 'de boom moet uitrusten'. 'Ja' antwoord ik, 'als de boom uitrust is dan komen er weer nieuwe

blaadjes aan.' We gaan vandaag een boom verven. De kleuren verf rood, geel en bruin staan in potjes klaar. De schorten worden gepakt en aangetrokken. Het papier wordt vastgeplakt op het bord.

'Ga maar beginnen Marwa en Sam.' De penseel wordt gepakt en met grote streken wordt er iets op papier gezet. 'Mooi hè juf?' roepen de kindjes. 'Nu mag er iemand anders verven. Jon en Marga kom maar.' Er wordt limonade gedronken en buiten gespeeld met een hoop bladeren. Aan het einde van de week wordt er appelmoes gemaakt. 'Wat een feest' dacht de peuterleidster. 'Iedere keer geniet ik als ik hier werk.'

De leidster wordt erg gewaardeerd. Personeel is tegenwoordig moeilijk te vinden. Haar leeftijd en fysieke gesteldheid is niet hetzelfde als van de andere leidsters maar stoppen met het werken met de kindjes daar dacht de vrijwilliger niet aan. De komende tijd wordt een drukke tijd. Sinterklaasfeest en de kerstdagen komen eraan, ook de vakantie. Dat laatste betekent voor mij heerlijk uitrusten. Uit eten gaan staat op mijn verlanglijstje. Op de menukaart staat een herfst-menu, het menu bestellen is niet persé nodig. Regels op de peuterspeelzaal moeten nageleefd worden maar daarbuiten geniet ik van mezelf en mijn opvattingen.

Een wandeling in het bos sla ik niet over, ik neem alles in me op, ruik met mijn neus en kijk met mijn ogen.

Mijn naam is Marianne Herfst.
Toepasselijk hè?

Coach Pennenvreugd
Catelijne Prinsen

bruna

VELDHOVEN

Pleintjes 80 - Citycentrum - www.brunaveldhoven.nl

Boekbespreking



Dit boek is een familiegeschiedenis. Deze familie had nauwe banden met het regime van Adolf Hitler. Toen Bas dat als jongen hoorde, was hij direct gefascineerd. Het zal dus niet verwonderen dat hij later als historicus dit familieverhaal tot in de details ging uitzoeken.

De hele familie, Duitse landadel, was lid van de partij van Hitler of op z'n minst sympathisant. In hun kringen was dat in die tijd standaard. Duitsland was na het verlies van de Eerste Wereldoorlog de paria van Europa en Hitler bracht vol enthousiasme allerlei plannen naar voren. Hij kreeg in korte tijd veel aanhang in het totaal verarmde en in politiek opzicht chaotische Duitsland. Hitler schiep hoop in een zeer donkere tijd. Het leven in betrekkelijke luxe van voor WO1 veranderde tijdens en na de oorlog, ook de familie Robert von Benda verarmde: het landgoed werd verkocht en de vijf dochters konden niet meer rekenen op een huwelijksuitzet, zoon Rob moest noodgedwongen een 'burgerlijk' beroep beoefenen, alleen Bas' grootvader Franz kon nog een goed, traditioneel huwelijk sluiten. Hij werd piloot en sneuvelde boven Noord-Afrika, 38 jaar oud.

Verder inzoomend op de familie Von Benda: Bas' oudtante Luise was de weduwe van Alfred Jodl, een van de getrouwen van Adolf Hitler, die in 1945 ter dood werd veroordeeld tijdens het Proces van Neurenberg. De familie was zeer hecht, ze stonden via brieven permanent in contact met elkaar.

De titel verwijst naar een geborduurd kleejdje, geschonken aan Hitler uit erkentelijkheid voor het feit dat de Führer zijn handtekening gezet had onder een document dat de raszuiverheid van de familie moest bevestigen. Daarover was twijfel gerezen na onderzoek van de afstamming. Een verre voorzaat was mogelijk door een Joodse koopman verwekt. Veel mensen in Hitler-Duitsland waren daar druk mee: aantonen hoe zuiver Duits ze waren. Want je kon op problemen rekenen als je niet raszuiver was.

De jongste telg Tini, uit het gezin van Robert, begon aan de nazipartij te twijfelen na de Kristallnacht in 1938. Ze vond het geweld tegen Joden veel te grof, maar haar zussen en broers veranderden hun standpunt niet. Tini had een relatie met een half-Joodse arts en maakte daardoor ook kennis met de onderdrukking van Joodse landgenoten. Ze was in het verleden lid van de partij geworden, net als haar familieleden, maar zegde haar lidmaatschap op. Luise maakte dat ongedaan en het heeft Tini veel moeite gekost om dat weer recht te zetten. Zich beroepend op die opzegging heeft ze na de oorlog bij de denazificatie haar naam proberen te zuiveren om een artsens studie te kunnen doen. Luise daarentegen ging helemaal op in het partijstelsel.

Ze had op verschillende oorlogsministeries een baan als secretaresse. Ze trouwde op het eind van de oorlog met Alfred Jodl (de Amerikanen waren de Rijn al overgestoken) en heeft tijdens de processen tegen hem gevochten voor een lichte straf of zelfs vrijspraak. Zowel Luise als Jodl zelf hadden totaal geen schuldgevoel over wat hun partij de Joden had aangedaan en zij ontkenen hun eigen rol daarin (Wir haben es nicht gewusst) of zwakten die af. Na voltrekking van het vonnis is Frau Jodl fel blijven vechten voor zijn eerherstel. Zij was er echt van overtuigd dat hij ten onrechte ter dood was gebracht.

Met dit boek heeft Bas von Benda de Libris Geschiedenisprijs 2024 gewonnen. Hij heeft een interessant boek geschreven dat het Derde Rijk, Hitler-Duitsland, van binnenuit beschrijft. Je ziet hoe het Duitse volk stap voor stap

de dictatuur van Hitler ingezogen wordt en zo de vreselijkste dingen steeds normaler gaat vinden. Hij spaart zijn familieleden niet met zijn kritiek op hun houding en standpunten, maar hij heeft ook begrip voor de turbulentie en lotswendingen waaraan ze steeds blootstonden. Hij blijft hen echter kwalijk nemen dat ze hun verantwoordelijkheid niet genomen hebben. Ik kan me niet aan de indruk onttrekken dat er parallellen met onze huidige tijd te trekken zijn...

Trees Schermij, januari 2025

Reageren?

veldpost@pvge-veldhoven.nl



Bas von Benda-Beckmann (1976) is historicus en werkt bij de Anne Frank Stichting.

Hij promoveerde in 2010 op een proefschrift:

A German Catastrophe, German Historians and the Allied Bombings, 1945-2010.

Tussen 2010 en 2013 werkte hij in opdracht van stichting SOVA aan een onderzoek naar de Velser Affaire. Dit resulteerde in zijn tweede boek: *De Velser Affaire, een omstreden oorlogsgeschiedenis*, dat op de shortlist belandde van de Libris Geschiedenis Prijs.

(Bron: Hebban.nl)

Reisgroep: Meerdaagse reis België en reisprogramma 2025

We zijn druk bezig om het programma voor 2025 rond te krijgen. Maar met 3 mensen in ons bestuur komen we tijd te kort. Wie mee wil denken en doen kan dat bij ons melden.

MEERDAAGSE REIS

Van 3 t/m 7 maart hebben we een korte 5-daagse reis op het programma staan naar België.



Inschrijven is deelnemen. In verband met de korte inschrijftijd ten opzichte van van de reisdatum is annuleren niet mogelijk.

Er zijn nog 2 meerdaagse reizen in behandeling. Daarover volgt later informatie.



Prachtig verblijf in de Ardennen



Bezoek Alpaca boerderij
Koffie/thee en gebak
Lekkere broodlunch



Tour door de Ardennen
La Roche en Ardenne
Durbuy & toeristentreintje



Bastogne War Museum
Bastenaken/Bastogne
Brouwerij LaChouffe



Citadel van Namen
Parfumatelier Guy Delforge
Namen (Namurs) aan de Maas



Grootste fort van Europa:
- Eben Emael
Vrije tijd in Maastricht en diner



Een buurland waar we vaak doorheen rijden om verder weg op vakantie te gaan maar wat de moeite waard is om nader kennis mee te maken, wat blijkt uit het programma.

Een reis met een hotel met veel 1-persoonskamers en ook toegankelijk voor degenen dat wat minder goed ter been zijn. De prijs is daarom ook gebaseerd op basis van 1-persoon per kamer.

Maak je met 2 deelnemers gebruik van een 2-persoonskamer dan krijg je korting.

De reis gaat door bij minimaal 30 deelnemers.

Heb je interesse en wil je inschrijven dan kan dat door € 10,00 over te maken op de bankrekening van de Reisgroep: PVGE Ver. Voor senioren NL34RABO0138323771, o.v.v. lidnummer(s) en België.

Uiterste inschrijfdatum 4 februari

Zijn er voldoende deelnemers dan krijg je daarvan bericht. Zijn er meer dan 30 deelnemers dan wordt de prijs lager. Indien deze reis door gaat stuurt de touroperator, in dit geval Brabant Express, de rekening via het bij ons bekende mailadres.

DAGTOCHTEN 2025

We hebben diverse dagtochten op het programma staan.

De bestemmingen en data zijn vastgelegd. De nadere informatie volgt zo spoedig mogelijk.

Dus nog even wachten met inschrijven, maar noteer de datum als je interesse hebt al vast in je agenda



Hier onder wat teasers.

- Vrijdag 21 maart: Nostalgie, advocaat en paling
- Vrijdag 18 april : Dagje Den Bosch, boottocht en ...
- Vrijdag 16 mei : Openluchtmuseum Arnhem
- Vrijdag 20 juni : Broekerveiling
- Vrijdag 18 juli : Bergen op Zoom en Waalwijk
- Vrijdag 15 aug : Leuven
- Vrijdag 19 sept. : Amsterdam + museum
- Vrijdag 17 okt. : Zeeland

Fit met Jack Gudden



FIETSEN, GOED VOOR JE!

Maar pas op alsjeblieft. Ik wil niet belerend zijn, maar was laatst wel geschrokken van het aantal ouderen dat door een fietsongeluk in het ziekenhuis belandt.

En recent, in december 2024, had ik zelf een mijnheer bijna op de motorkap. Ik ging rechtsaf in de avond en bij het indraaien verdwijnt een fietser dan even uit de voorlichten. Deze meneer fietste op een slecht verlichte fiets, droeg een donkere pet, donkere jas, donkere broek en donkere schoenen. Het scheelde niks. Hij was boos maar realiseerde zich niet hoe slecht zichtbaar hij was.

Een botsing met een val is dan vaak het gevolg. En hoe dat uitvalt kun je op voorhand niet zeggen.

Gelukkig zie je dat er steeds meer fietshelmen worden gedragen waardoor ernstig hersenletsel vaak kan worden voorkomen maar het (oudere) lichaam is ook niet gemaakt om hard op de grond te vallen. Ik heb meerdere ouderen op de revalidatie van Merefelt mogen ontmoeten met allerlei botbreuken. En die genezen niet meer goed op oudere leeftijd. Sommige patiënten konden niet meer terug naar

hun eigen huis! Een grote ramp dus door een kleine botsing. En in het ergste geval is lopen niet meer mogelijk. En fietsen ook niet meer.

We zijn beiden gestopt en toen ik hem vertelde dat ik erg geschrokken was en hem echt niet had gezien, dacht ik in toch zijn ogen te zien dat hij zich realiseerde dat hij gewoon even had moeten wachten.

Fietzers, neem alsjeblieft de tijd. Die ene minuut wachten weegt niet op tegen een revalidatieproces van maanden.

Toch is fietsen een heel goede bewegingsactiviteit, dus we moeten dat echt zo lang mogelijk blijven doen, maar wel met beleid.

We hebben tegenwoordig nogal wat variaties. Vroeger reed een 'bejaard' echtpaar op een degelijke Batavus. Beiden met tassen op hun bagagedrager. Maar anno 2025 is er een uitgebreide keuzemogelijkheid. Iets wat het lastig maakt om de snelheid van de fietser in te schatten. We hebben de gewone fiets, de elektrische fiets, de fatbike, bakfiets, vouwfiets, mountainbikefiets, racefiets, speedpadelec, driewieler, tandem, duofiets, aangepaste fiets en de schoolfiets met boodschappenkist voorop.

Het wordt dus steeds drukker op het fietspad.

Met het ouder worden gaat ook het evenwichtsgevoel en ons reactievermogen achteruit. Hierdoor kunnen plotselinge situaties met andere fietspadgebruikers tot lelijke valpartijen leiden.

Als we het arbeidsproces hebben verlaten, kunnen we er voor kiezen de drukke momenten in de ochtend en avond te mijden waardoor het fietsen een stuk veiliger wordt.

Ook in groepsverband is het prima om te gaan fietsen. Lekker buiten en al kletsend ben je snel een heel eind weg. Vaak wordt er een gezellig rustpunt gezocht, waarna de terugreis ingezet kan worden. Iedere donderdag in april en in oktober start de PVGE fietsgroep om 13:00 uur vanaf 't Tweespan (de nieuwe noodgebouwen). Van mei t/m september is de start om 09:30 uur. De dag begint dan weer wat vroeger. Informatie hierover kunt u krijgen van Wil Dijkman, 040 253 55 01

Jack Gudden

Gedichten...

Taalkunstenaar, plezierdichter **Jaap Glasbergen** (pvge--lid) heeft ons begin van deze eeuw verblijd met zijn taalvondsten. Ze werden gepubliceerd in "de Schouw" en in een boekje "Mengelwerk". Sommige gedichten zijn nog zeer actueel.

Landsbelang

De kamer debatteert, de toon is fel.
De leden staan te dringen, vol verlangen
Om elkaar wat vliegen af te vangen.
Hun politieke loopbaan staat op 't spel.
Het altijd hooggeprezen landsbelang
Dient daarbij slechts als achtergrondbehang.



Klimaatverandering

Een ijsbeerwifje in het noorden
Dat de klimaatvoorspelling hoorde,
Gevoelt zich op termijn bedreigd,
Als steeds de thermometer stijgt.
"Want", zegt ze, "bij dat warme weer
Voldoet een bontjas echt niet meer.
Een setje lichte zomerkleren
Kan dan een ijsbeer niet ontberen."
Haar man broemt zacht: "Het eind is zoek:
Een ijsbeer in een korte broek!"

CARDO HEALTHCARE



FYSIOTHERAPIE

ERGOTHERAPIE

PODOTHERAPIE

PSYCHOLOGIE

WIJ ZIJN SPECIALISTEN IN DE VOLGENDE BEHANDELMETHODEN:

- **Shockwave behandeling:** spier-pees specialisten, behandeling van chronische peesklachten in de schouder, knie, heup en voet.
Kijk op veldhovenshockwave.nl
- Specialistische **COVID** en **COPD** revalidatie.
- **Post operatieve** revalidatie na een kunst-knie of kunst-heup.

UW GEZONDHEID IS ONZE PASSIE!

VELDHOVEN

Rapportstraat 10A
5504 BP Veldhoven
T: 040 - 253 80 40 (kies 3)
E: fysio@cardo.nl

WAALRE

van Dijklaan 3
5581 WG Waalre
T: 040 - 253 80 40 (kies 3)
E: fysio@cardo.nl

Cardo Healthcare is lid van Fysio visie



cardohealthcare.nl

	Ochtend	Middag	Avond
Maandag	Gym-55+ 11:00–12:00 uur zaal TTVV, Burg. van Hoofflaan	Biljarten 13:00–17:00 uur in La Carambole	Schrijfclub 14:00–16:00 uur in Buurthuis Zilst ledere 1e maandag van de maand
	Leeskring 10:00–12:00 uur in Buurthuis Zilst (6x per jaar)	Computergebruik (CGC) 14:00–16:00 uur in 't Tweespan	
	Nordic walking 9:30–12:00 uur op locatie	Zingen 13:45–16:15 uur in De Ligt	
	Rikken 9:15–12:00 uur in De Ligt	Soos 14:00–16:00 uur in 't Tweespan ledere 2e maandag van de maand	
Dinsdag	Bridgen 9:30–12:00 uur in De Ligt	Line-dance (gevoorderden) 14:00–16:00 uur in Buurthuis Zilst (niet in de zomermaanden)	Indisch koken 17:00–19:45 uur ledere 3e dinsdag van de maand in Bladel
	Gym-55+ 8:30–9:30 uur in zaal van TTVV aan Burg. van Hoofflaan		Westers koken-1 17:00–21:00 uur, 8x per jaar op de 1e dinsdag
	Yoga Groep 1 : 09:45 - 10:45 uur Groep 2 : 10:50 - 11:50 uur House of Zen, Provincialeweg 74-B		Westers koken-2 17:00–21:00 uur, 8x per jaar op de 2e dinsdag Beide DOE040 Blaartemseweg 83, Veldhoven.
Woensdag	Biljarten 09:00–12:00 uur in La Carambole	Bloemschikken Groep 1: 13:00 - 15:00 uur Groep 2: 15:00 - 17:00 uur in 't Tweespan, ledere laatste woensdag van de maand	Handwerken 13:30–16:00 uur in 't Tweespan
	Jeu de boules 10:00–12:00 uur bij De Ligt		
		Bridgen 13:45–16:45 uur in De Ligt	Muziekluistergroep 14:00–16:00 uur, ledere 1e woens- dag van de maand bij iemand thuis
Donderdag	Fietsen 09:30 uur vanaf 't Tweespan Vanaf mei t/m september	Fotoclub (onderdeel CGC) 14:00–16:00 uur elke 4e donderdag	Wandelen 13:00 uur vanaf 't Tweespan
	Genealogie 9:00–12:00 uur in Buurthuis Zilst ledere 2e donderdag van de maand (niet juli en augustus)	Fietsen 13:00 uur vanaf 't Tweespan ledere donderdag in april tot en met oktober	Discussiegroep 14:00–16:00 uur, in 't Tweespan Eens per 6 à 8 weken
		Gym-55+ 14:00–15:00 uur in zaal van TTVV aan Burg. van Hoofflaan	
Vrijdag	Natuurwandelen 10:00–16:00 uur, ledere 4e vrijdag van de maand	Line-dance (beginners) 13:30–15:30 uur in d'n Bond (niet in de zomermaanden)	
	Tafeltennissen 9:30–11:30 uur in zaal TTVV, Burg. van Hoofflaan	Lezingen 14:00–16:00 uur in Buurthuis Zilst ledere 2e vrijdag van de maand	

zoekt twee docenten voor

- Taallessen Nederlands op maandagmorgen van 09.30 uur tot 11.30 uur
- Naailes op dinsdagmiddag of woensdagmorgen. Adres Messenmaker 6, Veldhoven – 't Look

Dit betekent dat je samen met een andere docent de cursisten, uitsluitend vrouwen, taal- of naailes geeft. Als taal-docent begeleid je ze bij het beter spreken, begrijpen, lezen en schrijven van de Nederlandse taal. Daarbij wordt ook aandacht besteed aan maatschappelijke oriëntatie.

Je maakt deel uit van een enthousiaste groep docenten.

Een keer in de twee maanden vindt er een gezamenlijk overleg plaats. Twee keer per jaar hebben we een informele bijeenkomst. In de schoolvakanties zijn er geen lessen. Ook niet gedurende de zomermaanden juli en augustus.

Spreekt dit je aan, neem dan contact op met:

eva.stichting@gmail.com

Om de sfeer te proeven volgt hieronder een inkijkje op een willekeurige ochtend.

We starten bijvoorbeeld met een gespreksrondje. Wat heb je afgelopen week gedaan/meegemaakt? De een vertelt met handen en voeten dat ze druk is geweest met kleinkind en poetsen.

De ander kan al bedachtzaam formuleren en vertelt over een gewonde zeemeeuw die ze samen met haar kinderen op straat vond.

Verhalen over bezoek van een broer uit Zweden, een zus uit Duitsland en een neef uit Amerika doen je beseffen dat veel families door oorlogen over de hele wereld verstrooid zijn. Een heel ander beeld krijgen we van goed opgeleide ASML partners die evengoed worstelen met het moeilijke Nederlands.

Daarna kijken we bijvoorbeeld naar een onderwerp uit het 'journaal in eenvoudige taal'. Wat nog zo eenvoudig niet is voor onze cursisten uit Congo, Syrië, Turkije, Vietnam, Rusland, Spanje, Taiwan, Eritrea, Afghanistan, Somalië, Pakistan etc.

De helft van de lestijd wordt de groep gesplitst om een beetje op passend niveau te werken. Een beweeglesje voor de pauze is een uitstekende aanleiding om lichaamsdelen en woorden als buigen, strekken en draaien te leren. Het weer is natuurlijk ook een onuitputtelijke bron inspiratie.

Wij leiden niet op voor een diploma of een bepaald taalniveau. Zie het zo: oefenen en gezelligheid is bedoeld om de vrouwen zich hier thuis te laten voelen, wegwijs te maken en te stimuleren om te durven praten. Soms is het een opstapje om door te stromen naar Taalkracht, werk of weten hoe Veldhoven in elkaar steekt en om nieuwe vriendinnen te maken.

En wij als docenten hebben er vooral lol in. Wie wil er mee doen?

Bestuursleden PVGE			Overigen		
Voorzitter	Wiel Berden	040-2536700	Ouderen/Ziekenbezoek	Betsy v.d. Boom	040-2531301
Secretariaat	vacature		(tevens contact "Maatje zoekt maatje")		
Penningmeester	Marjo van de Vorst	06-21111615	Cliëntondersteuners	Nicole Janssen	06-49652186
Coördinatie Evenementen	Peter Mollen	06-81311314		Corrie Pollemans	06-20624306
Coördinatie Evenementen	Ineke Suijs	040-2530110	Ledenadministratie	Monique Vervest	040-2530962
PR & Communicatie	Commissie *)		email: administratie@pvge-veldhoven.nl		
Bestuurslid	John Rooijakkers	040-2530962	Nieuwsflits	Gert Boogerd	040-2538147
Coördinator Clubactiviteiten	Hans Fleskens	06-29591166	Reizen	Marije Jansen	06-22482697
			Web coördinator	John Rooijakkers	040-2530962
Redactie Veldpost					
Redactie	Gert Boogerd	040-2538147		Ben Kumeling	06-53541389
	Jenneke Meesters	040-7877615		Marina Heutinck	06-55747074
	Trees Schermij	040-2544550	Bezorging Veldpost	Monique Vervest	040-2530962

*) PR&C Commissie bestaande uit: John Rooijakkers, Ben Kumeling, Gert Boogerd