

Nov 2024-jaargang 37, Editie 6
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.





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

AANGIFTE ERFBELASTING EN F-FORMULIER

Voor informatie bel (040) 263 11 27



Erfbelasting
EINDHOVEN

De Pinckart 54 • 5674 CC Nuenen

T (040) 263 11 27 • E info@erfbelastingeindhoven.nl

www.erfbelastingeindhoven.nl • www.janssenbelastingadvies.nl

Belastingzaken na overlijden

Erfbelasting Eindhoven is lid van:

REP Register Estate Planners

REGISTER
BELASTING
ADVISEURS

40 jaar
PVGE
Veldhoven

Adverteer in 2024 eens in
de jubilerende **Veldpost**.

Voor aantrekkelijke tarieven
bereik je ruim 1300 senioren in
Veldhoven

Neem gerust contact op met de
redactie voor tarieven en
voorwaarden:
veldpost@pvge-velthoven.nl

Start het nieuwe jaar met jouw
advertentie op een prominente
plaats in dit blad.

Van de Redactie

Alweer de laatste editie van 2024, ons 40-jarig jubileum jaar. Dit keer niet één Veldpost in de brievenbus, maar twee magazines!

Door Ben Kumeling is het afgelopen jaar hard gewerkt aan een aparte jubileum-editie met daarin een terugblik op de



rijke geschiedenis van PVGE en PVGE Veldhoven.

Het is echt een uniek bewaarnummer geworden dat aan alle PVGE Veldhoven leden beschikbaar gesteld wordt.

Het was een mooi verenigingsjaar met gedenkwaardige gebeurtenissen:

- Ons spetterend 40-jarig jubileumfeest zelf
- Een enorm populaire Pubquiz met een mega-opkomst dit jaar
- De reizen naar Elburg en Garderen
- Een open dag waar weer veel mensen op af zijn gekomen
- Het ledental dat dit jaar steeg naar ruim 1600.

Een Nieuwe Leden Dag voor de vele nieuwe leden en een vrijwilligersbijeenkomst sluiten het jaar af om in het nieuwe jaar te beginnen met de traditionele **Nieuwjaarsreceptie**.

De redactie wenst iedereen heel prettige feestdagen toe en natuurlijk tot volgend jaar.

Inhoudsopgave

- 5 Van de voorzitter, HUBA, Nieuwjaarsreceptie
- 6 K&C: Excursie Strijp S
- 7 Pubquiz. Ophalen jubileum editie
- 8 Natuurwandeling
- 9 Seniorenraad
- 10 Rubriek Zorg
- 11 Lezing
- 12 K&C: Edah-, Speelgoedmuseum
- 13 Boekbespreking
- 14 Fit met Jack Gudden, RABO bedankje, Dementie adviezen
- 15 K&C: Market Garden excursie
- 16 Reis Garderen
- 17 Schrijfclub
- 19 Activiteitenoverzicht
- 20 Funktietabel, Leesclub Samen uit eten

REDACTIE:

Gert Boogerd Jenneke Meesters
Trees Schermij Ben Kumeling
Marina Heutinck

VORMGEVING:

Gert Boogerd

DRUK:

Editoo B.V.
Arnhem

Editie	Inleveren vóór	Naar drukker	Verschijsning
1	06-01-2025	20-01-2025	27-01-2025
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

Nieuwjaarsreceptie

Het duurt nog even voordat 2025 weer voor de deur staat. Ook in 2025 houden wij weer onze traditionele nieuwjaarsreceptie.



Zondag 5 januari

11:00 tot 13:00 uur

Ontmoetingscentrum De Ligt,



Je bent van harte welkom om samen met ons het glas te heffen op een goed 2025.

Als van oudsher zullen ook de oliebollen weer vers en warm worden geserveerd en staat de champagne koud.

We ontmoeten jullie graag op 5 januari aanstaande.

Bestuur PVGE Veldhoven.

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
Telefoon: 040-2530962
belastingservice@pvge-veldhoven.nl

Van de Voorzitter

Op het moment dat ik dit stukje schrijf is het begin november. De herfst is op zijn hoogtepunt: kil, nat en mistig. Duidelijk weer om binnen bij de verwarming in een boek te duiken. En dan moet de winter nog beginnen. Maar ook voor deze periode heeft de PVGE veel aan activiteiten te bieden.

We hebben net de pubquiz achter de rug. Het was een zeer druk bezochte middag met enthousiaste deelnemers. De presentatie was weer perfect verzorgd door Herman met veel kleine foefjes en verborgen grapjes. Dank Herman, we hebben genoten.

Ook de eerste activiteiten van de Kunst- en Cultuurcommissie hebben plaatsgevonden.

Onder leiding van Ben Kumelink werd Strijp-S verkend, werd Market Garden weer in de herinnering opgehaald en werd een bezoek gebracht aan het Edah- en Orgelmuseum in Helmond. Een geslaagde start.

Natuurlijk werd er ook weer gereisd en vonden veel leden de weg naar Zeelst voor een lezing. Daarbij gaan enkele buitenactiviteiten gewoon door: de leden die wandelen en jeu de boulen kennen geen winterpauze. En de vele binnenactiviteiten zijn niet seizoenafhankelijk. Al met al blijven we zo veel mogelijk actief en ook contact houden.



't Tweespan is ondertussen verhuisd naar de noodaccommodatie, waardoor onze clubs die daar gehuisvest zijn gewoon door kunnen gaan. Wij houden contact met het bestuur van 't Tweespan en proberen onze specifieke wensen voor de nieuwbouw te verwezenlijken. Ik roep de coaches van de betrokken clubs op om aan mij door te geven waar zij behoefte aan hebben.

Voor de maand december kijken we weer uit naar de Kerstlunch bij de Rooi Pannen, waar we dit jaar twee zalen kregen toegewezen en daardoor 80 leden een gezellige middag kunnen bezorgen. En voor de maand januari 2025 verwachten we natuurlijk weer veel leden op onze nieuwjaarsbijeenkomst op 5 januari in de Ligt. De traditionele oliebollen en bubbels zullen weer klaar staan.

In de Seniorenraad zijn we actief bezig om er voor te zorgen dat de trottoirs in Veldhoven beter begaanbaar zijn voor mensen die minder goed ter been zijn. We vestigen hiermee de aandacht op losliggende tegels, obstakels en versmalingen. We hopen daarmee de actieradius van met name veel senioren te vergroten. Ook worden er in de verschillende wijken in onze gemeente valpreventie-bijeenkomsten gehouden waarbij voorlichting gegeven wordt en praktijkmiddagen verzorgd worden door fysiotherapeuten. In het Veldhovens Weekblad zal de nodige informatie verstrekt worden.

Ik wens iedereen mooie Kerstdagen toe en een goed begin van het jaar 2025.

Wiel Berden

Kunst & Cultuur Excursie Strijp-S

De Kunst & Cultuur Commissie van PVGE Veldhoven “De Trippers 2.0” trapt af

De eerste officiële activiteit van bovengenoemde nieuwe commissie vond plaats in september jongstleden in Eindhoven, locatie STRIJP-S.

Een gezelschap van 15 leden vertrekt vanaf de oude portiersloge van Philips, onder de leiding van PVGE-gids Ben Kumeling voor een stadswandeling over bovengenoemd terrein.



Al heel snel blijkt dat Ben een enorme kennis heeft van de geschiedenis van STRIJP-S met zijn historische Philips-gebouwen zoals het Antongebouw en het Veemgebouw met zijn bijzondere betekenis in en na de oorlog. Ook van de groei en bloei van de bedrijven die er toen en ook nu nog in zijn gevestigd weet hij veel te vertellen.



Datzelfde geldt voor de nieuwe bestemmingen: winkels, horeca, en activiteiten voor jong en oud en niet te vergeten ook van alle nieuwe gebouwen en wat daar in de toekomst nog allemaal staat gepland.



Kortom: we kijken onze ogen uit en luisteren geboeid naar alles wat we nog niet wisten, en dat is voor een aantal van ons nog heel wat.

De groep reageert na afloop eensgezind: een gezellige, leerzame en boeiende middag was het!

Met hartelijke dank voor de grote inzet van Ben!



PubQuiz Magical Mystery Tour

Ook dit jaar hebben we voor de 5e keer weer met veel plezier onze traditionele Pubquiz gespeeld.

Het overkoepelende thema was dit jaar "Magical Mystery Tour." Een reis met de Yellow Submarine door verschillende "landen" en begeleid met muziek van de Beatles.

Vele leden hebben hierop weer enthousiast gereageerd. Ook was er dit jaar een aantal introducees aanwezig die door onze leden waren uitgenodigd in het kader van ons 40-jarig bestaan. Na het "inchecken" bij Monique en Marriëtte werd iedereen welkom geheten met koffie en een heerlijk stuk vlaai. Er werd weer gespeeld in teams van 5 personen. Ieder team met een unieke zelf verzonden eigen naam.



De vragen waren zeer gevarieerd samengesteld door Herman, die zoals ieder jaar weer op fantastische wijze zijn creativiteit heeft ingezet. Tussen de vragen waren willekeurig letters verstopt. Van deze letters moest een slagzin worden gemaakt, welke extra punten opleverden.

Net als afgelopen jaar moest ieder team zelf weer als jury optreden voor het team links of rechts van de eigen tafel. Ieder team controleerde de antwoorden van een ander team.



Het juiste aantal letters bepaalde uiteindelijk of de juiste slagzin kon worden gemaakt.

Alhoewel er inmiddels in de afgelopen jaren vaste teams zijn ontstaan waren er ook teams waarbij niet iedereen elkaar kende. Toch ontstond er al snel weer een gezellige, gemoedelijke sfeer. In de pauze na drie rondes kon ieder, voorzien van een drankje, even bijkomen van alle spanning.

Onze hoofdjury bestaande uit John en Monique had de handen vol om de uiteindelijke drie winnende teams te bepalen. Met de slagzin kon men extra bonuspunten verdienen. Mede daardoor was de ronde met de slagzin doorslaggevend voor de uiteindelijke eindstand.



Dat was nog best pittig. De volgorde van de slagzin kon op verschillende manieren worden opgeschreven, die allemaal (mits de goede letters werden gevonden) werden goedgekeurd door onze hoofdjury.

Na afloop van de quiz werd er aan de tafels een heerlijke snack uitgedeeld.

De prijswinnaars van dit jaar waren:

- 3e prijs: "Groep zonder naam"
- 2e prijs: "de X-jes"
- 1e prijs: de "Vrancken Dynastie".

Ieder lid van de drie winnende teams kreeg een leuke prijs uitgereikt aan het einde van de middag.



Mede door ondersteuning van onze vrijwilligers en de positieve reacties die we ontvingen is het ons weer gelukt een gezellige middag aan te bieden. Wij verheugen ons op de presentatie in 2025 met nieuwe en spannende uitdagingen.

De evenementencommissie

Ineke

Ophalen jubileumuitgave: Maandag 9 december, 't Tweespan



Deze maand verrast de PVGE je met een speciale bewaar-editie over de geschiedenis van de PVGE, zowel over de grote PVGE als over afdeling Veldhoven.

Diegenen die de Veldpost per post ontvangen vinden deze editie in de plastic verpakking, bij de leden die de Veldpost

krijgen thuisbezorgd zal deze editie ook gelijktijdig worden bezorgd.

Natuurlijk zal deze speciale editie ook op de website te vinden zijn, maar het kan zomaar zijn dat leden dit exemplaar ook als boekje willen hebben.

**Op maandag 9 december 2024
tussen 14:00 en 16:00 uur, 't Tweespan**

zal daarom het bewaarnummer kunnen worden afgehaald tijdens de Soos in de noodbouw van 't Tweespan. Let op, per postadres is maar één exemplaar beschikbaar. Mocht je echt niet in de gelegenheid zijn geweest om zelf een exemplaar op te halen dan kan dit later via het secretariaat alsnog worden aangevraagd.

Natuurwandelgroep Kroonvensche Heide, 'special edition'

Vooraf hadden we onze oktoberwandeling aangekondigd als een wel hele bijzondere. Want het was niet alleen bijzonder vanwege de mooie natuurwandeling maar ook doordat we vóór en ná de wandeling iedereen zouden trakteren op respectievelijk koffie/thee met appelgebak en een lunch naar keuze. Een 'aangeklede wandeling' dus!

En ja, daar wil iedereen wel bij zijn, toch? De opkomst was dan ook groter dan ooit.

We waren erg blij dat een paar langdurig geblesseerden en zieken er weer wel bij konden zijn. Wij hadden ze persoonlijk uitgenodigd en gevraagd of ze het leuk zouden vinden om na afloop van de wandeling aan te sluiten bij de rest van de club en een hapje mee te eten. En dat werd erg gewaardeerd want praktisch iedereen reageerde daar positief op.

Ontvangst met koffie en gebak

Een half uurtje eerder dan normaal, zo tegen 09.30 uur arriveerden iedereen bij restaurant 't Nekkermenneke' in het buitengebied van Bladel. Daar werden we al gelijk uiterst vriendelijk welkom geheten door de tuinman die het gras van de parkeerplaats aan het maaien was. Nadat iedereen zijn of haar auto langs de straat (!) geparkeerd had konden we een plaatsje zoeken aan de lange speciaal voor ons gereserveerde tafel. Daar startten we de dag met een lekker kopje koffie of thee en een heerlijk stuk appelgebak. We mochten zowaar nog kiezen of we het appelgebak warm of koud en mét of zonder slagroom wilden. Was dat een mooie start of niet? De bediening was best wel snel zodat we volgens planning om 10.00 uur aan onze wandeling konden beginnen.



De wandeling

De Kroonvensche Heide is, samen met De Pals, een gebied van 508 ha ten zuiden van Bladel, dat voornamelijk uit naaldbos bestaat. In het uiterste oosten van dit gebied stroomt de Aa of



Goorloop. Hierin bevindt zich een zandvang in de vorm van een klein opgestuwd meertje. In de omgeving van het riviertje is ook loofbos te vinden. Er is een aantal vennen en heidegebiedjes, Het Kroonven, het Oude Kroonven, en het Neerven. Het interessantst is het Kroonven, dit is een reeks van drie met elkaar verbonden vennen: Kroonven, Klein Kroonven en Tjop Venneke. Op de oever vindt men Zonnedaauw.

Zoals gebruikelijk hebben Hans en ik de wandeling voorgelopen, gestart vanaf restaurant de Tipmast. Wij vonden het allebei een mooie wandeling met veel variatie.

De route voert je door het bos, over heide en dwars door het Landgoed Ter Vorsel. Het landgoed bestaat uit drie

delen met een geheel eigen karakter. Het noordelijk gedeelte wordt gekenmerkt door weilanden en boerderijen, het middendeel door akkers, weilanden en het buurtschap Ten Vorsel, het zuidelijke gedeelte door bossen en weilanden.

Met het mooie zonnige weer van 20°C was het volop genieten van deze prachtige wandeling. Over het algemeen waren de paden goed begaanbaar maar op een enkel punt in de route was het drassig en moest je goed oppletten zodat je niet uitgleed. Maar ja, iedereen van natuurwandelsclub is dat voortaan wel gewend en mét of zonder hulp van een medewandelaar werd deze hindernis bekwaam genomen. Halverwege de 12 km. lange route hadden we onze gebruikelijke rustplaats waar we deze keer maar niet al te veel van de meegebrachte boterhammen hebben opgegeten.



De lunch

Zo rond 13.30 uur waren we terug bij restaurant 't Nekkermenneke vanwaar we ook gestart waren. Toen we daar arriveerden zaten de 'niet-wandelaars' van deze dag al op ons te wachten. De lange tafel was nu compleet bezet met natuurwandelaars van PVGE-V die zich het gereserveerde drankje goed lieten smaken.

Intussen ging de menukaart rond en kon een keuze gemaakt worden uit 3 verschillende soepen en 9 verschillende lunchgerechten. Ook nu werkte de bediening weer erg vlot en binnen 'no-time' stond de lange tafel vol met heerlijkheden. Iedereen liet het zich goed smaken en als het gezellig is lijkt de tijd gewoon net wat sneller te gaan dan normaal.

Ook aan deze 'special edition' kwam uiteraard weer een einde maar het was er wel een om nooit te vergeten.

Peter Mollen



De naam **Nekkermenneke** is afkomstig van **d'n ekkerman**, een watergeest, die volgens het volksgeloof kindertjes met zijn haak de waterput in trok.

Het werd dus gebruikt om kinderen angst in te boezemen voor diepe waterputten.

In de Brabantse Kempen noemde men hem **'t Nekkermenneke**.

meer foto's wandeling...



Begaanbare stoepen blijven van groot belang voor ons als ouderen om gezellig en zonder vallen een ommetje te maken en zeker ook om zelf boodschappen te kunnen doen. Zoals gemeld in de vorige Veldpost hebben we samen met de rolstoelwandegroep vanuit Huize Sele en een gemeente-ambtenaar, de route naar het City Centrum verkend. Hiervan hebben we een uitgebreid verslag naar de gemeente gestuurd. De gemeente heeft hierop positief gereageerd en heeft beloofd ons op de hoogte te houden van de verbeteringen op korte termijn van deze route. Bovendien wil ze met ons doorpraten over andere hoofdwandelroutes. De volledige brief van de gemeente kun je inzien op onze site:

www.seniorenraadveldhoven.nl/



Tip: Meer ogen helpen. Ook jij kunt helpen door via de Buiten Beter app bij de gemeente te melden als er iets mis is met de stoep of straat. Bijvoorbeeld gevaarlijk opwippende tegels, een omgevallen boom, een kapotte lantaarnpaal of zwerfafval.

Maak een foto met de app en geef de plek door. Je kunt ook aangeven of je een reactie wilt.

De app kunt je downloaden op je telefoon via www.buitenbeter.nl

www.seniorenraadveldhoven.nl/

Onze site dient ook als doorgeefluik voor allerlei andere tips die voor jou interessant kunnen zijn.

Klik eens op de link van Digitale Dagbesteding of Bewegen.

Tweespan

Als neutrale gesprekspartner met het bestuur proberen we een steentje bij te dragen aan een goede toekomstgerichte invulling van dit belangrijke ontmoetingscentrum.

Gemeentelijk beleid en toekomst

De Seniorenraad is actief in het volgen van het gemeentelijk beleid. Op de agenda van november en december staat de Visie op Sociale ontwikkeling in Veldhoven 2024-2040.

Hierin staat de rode draad waarlangs de gemeente de Sociale ontwikkeling in Veldhoven vorm wil geven. Geen concrete acties nog, maar een richtinggevende meetlat.

Zelfredzaamheid en samenredzaamheid staan centraal. Mooie woorden en goede intenties maar de uitvoering is toch doorslaggevend.

Via een brief aan de raadsleden hebben we op het belang van concrete acties voor senioren gewezen. In 2040 zal het aantal senioren gestegen zijn met bijna 20% ten opzichte van nu.

En daarmee zullen ook de behoefte aan geschikte woningen en de zorgvraag stijgen.

Het gros van ons is gelukkig prima in staat om zelf met het oog op de toekomst zaken als woningaanpassing te regelen, te genieten van het leven en zo nodig familie, vrienden of burens te helpen. Maar toch stellen we vragen: Hoe gaat de gemeente de (zelf)redzaamheid en vrijwilligers ondersteunen? Hoe en waar worden de voorzieningen op peil gebracht?

Wij blijven de vinger aan de pols houden via Veldhoven aan Tafel en rechtstreeks contact met raadsleden en de gemeente.

Dit kunnen we alleen doen met inbreng van jullie als achterban.

THEMA RUBRIEK ZORG & HULP

Samenwerken met professionele hulpverleners

Professionele zorgverleners en mantelzorgers vullen elkaar vaak aan, maar maken daar niet altijd afspraken over. Voor beide partijen is het erg prettig om dat wel te doen.

Voer een goed gesprek

Zorg voor een open en respectvolle communicatie. Jouw inbreng en die van de professionele zorgverlener zijn even belangrijk. Alleen de rollen en taken verschillen. De thuiszorgmedewerker brengt medische kennis, ervaring en deskundigheid mee. Jij weet als geen ander wat voor je naaste belangrijk is.



Praat mee

Doe mee bij het opstellen van een zorgplan of behandelplan. Je hebt ook het recht om deel te nemen aan voortgangs- en evaluatiegesprekken en je kunt van een zorgverlener verlangen rekening te houden met jouw agenda. Zo hou je zelf de regie.

Maak een lijst met vragen

Bedenk van tevoren wat je wilt bespreken met de zorgverlener. Maak een lijstje van je vragen en zorgen en alle belangrijke zaken waar zij of hij rekening mee moet houden. Wees duidelijk over jouw betrokkenheid. Vertel hoe je nu gewend bent te zorgen voor jouw naaste en wat je kunt en wil betekenen in zijn of haar dagelijks leven.



Houd overzicht

Maak afspraken over de contactmomenten die je met elkaar hebt en de manier waarop je de praktische zorg organiseert. Je kunt deze afspraken en taken vastleggen in een zorgplan. Voor de dagelijkse gang van zaken zijn er online zorgkalenders waarin je alles wat de patiënt aangaat kunt registreren. Een veelgebruikte zorgkalender is bijvoorbeeld Caren Zorgt. Hierin kun je een zorgpagina aanmaken, waarvoor je zorgverleners en andere betrokkenen kunt uitnodigen. Je kunt er berichten met elkaar delen, rapportages lezen en zien wanneer de zorgverlener langskomt. In een filmpje op de Caren Zorgt site kun je deze mogelijkheden bekijken.

Werk aan een vertrouwensband

Neem de tijd elkaar beter te leren kennen. Samen werk je aan de beste zorg voor de patiënt. Goed contact en vertrouwen is dan belangrijk. Hoe beter je elkaar begrijpt, des te kleiner de kans op misverstanden.

Geef aan als je dingen anders wilt

Ga problemen niet uit de weg. Vind je het bijvoorbeeld lastig om in de aanwezigheid van je naaste zaken te bespreken, omdat dat pijnlijk is voor je of degene voor wie je zorgt, vraag dan een persoonlijk gesprek aan. Heb je een ander idee over het verlenen van zorg dan de professionele zorgverlener, praat daar dan over.

Geef aan als het je te veel wordt

De thuiszorgmedewerker zal erop letten of je ondersteuning nodig hebt of signaleren wanneer je overbelast raakt. Geef het zelf ook aan als je het gevoel hebt dat iets te veel wordt. Heb je hulp nodig uit jouw omgeving, maar vind je het moeilijk dat te vragen, vraag dan de zorgverlener dit te doen.

Stel al je vragen

De thuiszorg of wijkverpleging is jouw vraagbaak. Je kunt er met al je vragen terecht. Denk aan informatie over de ziekte, het ziekteproces, het omgaan met de ziekte, risico's, medicijngebruik, over tijdelijke zorgovername of de inzet van hulpmiddelen.

Laat je de weg wijzen.

De zorgprofessional kent de weg. Kan de zorgprofessional jouw vraag niet beantwoorden, dan kan hij of zij jou wel helpen met doorverwijzen. Een zorgprofessional kent alle hulpverleners, welzijnsorganisaties en andere instellingen in de buurt. Hij of zij weet bij wie je moet zijn en welke stappen je moet zetten.



Lezing 10 januari 2025

Restauratie van “Antieke Meubelen”

door Paul van Duin

De meeste mensen zullen bij het Rijksmuseum vooral aan schilderijen denken. De collectie is echter veel breder. Er zijn veel voorwerpen met een historische betekenis, er is een enorm grote collectie prenten, tekeningen en foto's, Aziatische Kunst en de mooiste kunstnijverheid die in Nederland en Europa geproduceerd is.

Deze lezing zal je laten kennismaken met bijzondere Nederlandse meubelen en interieurs, en wat er aan restauratie nodig is om deze zo goed mogelijk voor de toekomst te bewaren. En de keuze van behandeling die daarmee samenhangt. Allerlei verschillende technieken en materialen die meubelmakers gebruikten worden behandeld.

Een veelheid aan houtsoorten, zoals ebbenhout, mahonie maar ook eikenhout, hultst, noten en olijfhout. Maar ook metalen zoals messing, tin, koper en dierlijke materialen zoals paarlemoer, schildpad, hoorn.



Technieken als fineren, inlegwerk, marqueterie en snijwerk werden toegepast om de meest luxe meubelen te maken, die destijds trouwens veel duurder waren dan schilderijen van beroemde schilders.

Ze waren dan ook niet voor dagelijks gebruik bedoeld, maar als pronkstuk en om je bezoek mee te vermaken. De objecten die besproken worden zullen variëren van een luxe zeventiende eeuwse poppenhuis tot een achttiende-eeuwse rococo stijlkamer afkomstig uit een Amsterdams grachtenhuis.



De Spreker

Na enkele jaren psychologie gestudeerd te hebben besloot Paul van Duin om meubelrestaurator te worden. Een beroep waarbij het werk met handen en hoofd goed gecombineerd dient te worden. Hij behaalde het diploma fijnhoutbewerken, volgde colleges kunstnijverheid en stijlkennis en liep anderhalf jaar stage bij een zeer ervaren oudere meubelrestaurator in Waardenburg.

Vervolgens kreeg hij de kans om een jaar stage te lopen in het meubelrestauratieatelier van de Britse Koninklijke Collectie in Londen. Daar kreeg hij vervolgens een baan aangeboden en werkte in totaal 5,5 jaar voor de Britse koningin. Vervolgens werd hij hoofd meubelrestauratie van het Rijksmuseum, waar hij 34 jaar werkte en in oktober 2023 met pensioen ging.

Momenteel doet hij onderzoek naar Nederlandse zeventiende-eeuwse marqueterie en geeft hij restauratieadviezen aan erfgoedinstellingen.

Datum & Tijd

- Vrijdag 10-januari-2025.
- Tijd: 14:00 – 16:00 (inloop vanaf 13:30)

In verband met de zaal-planning en koffie word je verzocht om je liefst vóór woensdag 8 januari 2025 aan te melden.

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.

Kunst & Cultuur: EDAH- en Draaiorgelmuseum Helmond

De Trippers hadden een uitje naar het Edah- en het Draaiorgelmuseum georganiseerd. Er hadden zich 45 leden opgegeven die op donderdag 17 oktober naar Helmond zijn getogen. Beide musea lagen naast het station, dus goed bereikbaar per trein. Anderen konden samen rijden.



We werden hartelijk ontvangen met een kopje koffie/thee met wat lekkers. Daarna zijn we in kleine groepjes met enkele lokale gidsen het Edahmuseum ingedoken. We waanden ons weer terug in de tijd want heel veel artikelen uit onze jeugd herkenden we en waren aantrekkelijk uitgesteld.



De Edah was de eerste supermarkt die vanaf 1906 in eigen beheer levensmiddelen maakte. Men ging koffie branden, brood bakken, er waren eigen slachterijen, eigen distributie per trein en auto, eigen reclames en veel meer. De levensmiddelen werden thuis achter de deur of soms in de voorraadkast gezet... Alles werd netjes in huishoudboekjes bijgehouden en aan het eind van de week kon je de rekening voldoen. Nu werden er veel vragen gesteld en de gidsen raakten niet uitgepraat.



Die middag gingen we ook nog naar het Draaiorgelmuseum. Dit is in hetzelfde gebouw van Van Gend-en-Loos gevestigd. We begonnen met een drankje om de dorstige kelen te lessen. Ook hier was een enthousiaste gids aanwezig die ons wegwijs maakte in de historie van het draaiorgel.



Telkens werd ook een van de opgestelde orgels opgestart en tot leven gewekt. Het leek soms wel of er een compleet orkest in speelde. De muziek was geprogrammeerd in kartonnen boeken met gaatjes.

Het grote Gavin-orgel is het pronkstuk uit de collectie met wel 33 registers (instrumenten) en meer dan 700 orgelpijpen. We hadden de gelegenheid om zo'n orgel ook van de achterkant te bekijken en zelfs een dansje op de orgelmuziek te maken.

Al met al hadden we een prachtige dag in Helmond. Dankjewel Trippers!

Boekbespreking



We zijn dagelijks getuige van verschrikkingen in Israël, met name in de Gaza-strook, maar ook in het gebied dat aangeduid wordt als de Westelijke Jordaanoever en sinds kort ook in Libanon. De situatie is daar zo gecompliceerd, dat je een gespecialiseerde historicus moet raadplegen om daar enigszins duidelijkheid over te krijgen. Een feit is dat in er het land dat nu Israël heet van oudsher Palestijnse families wonen en hun leven is er niet makkelijker op geworden sinds het ontstaan van de staat Israël. De huidige oorlog is er eentje uit een hele reeks.

Van de complexe leefomstandigheden getuigt dit boek, het schildert het ingewikkelde leven van Palestijnen in Israël. En let wel, we hebben het over het leven van vóór oktober 2023!

Aan de basis van dit boek ligt een gebeurtenis uit 2012, die plaatsvond op de Westelijke Jordaanoever. Een schoolbus vol met Palestijnse kinderen kwam net buiten Jeruzalem in botsing met een vrachtwagen. Het had een vrolijk schoolreisje moeten worden. De bus vloog in brand en zes kleuters en hun lerares kwamen daarbij om het leven.

Nathan Thrall onderzoekt wat de oorzaak was van het ongeluk en hoe het

kwam dat het zo lang duurde voordat er hulp kwam opdagen.

Op de Westelijke Jordaanoever bestaat een ingewikkeld vergunningstelsel met pasjes in allerlei kleuren die verwijzen naar het recht dat je hebt om te zijn waar je bent en je toegang te verlenen tot plekken waar je naartoe wil.

Abed Salama is een Palestijn, woonachtig op de Jordaanoever. Zijn 5-jarige zoontje zat in de verongelukte bus. Zo gauw hij hoorde over het ongeluk, wilde hij naar de plek des onheils. Maar dat bleek niet eenvoudig. Thrall laat zien hoe de ouders van de kinderen verstrikt raakten in absurde situaties langs controleposten en ziekenhuizen in de zoektocht naar hun kinderen. Controleposten die gesloten waren, een legerpatrouille die hulp weigerde te bieden. De verwaarloosde infrastructuur, de onverschilligheid maar ook onmacht van hulpverleners, de verwijten over en weer, gegrond en ongegrond. De zoekende ouders kregen nul informatie en nul medewerking, niemand hielp hen of leek geïnteresseerd in de angst waarin zij verkeerden om hun kinderen.

Er werd zelfs misselijkmakend over geschamperd op Facebook door sommige jonge Israëli: "Het zijn toch maar Palestijnen. Jammer dat er niet meer dood zijn..." De hardheid is stuitend.

De schrijver is kritisch over beide groepen in deze samenleving. Israëliërs die inhumain handelen ten opzichte van Palestijnen zijn fout, evenals Palestijnen die gewelddadig zijn ten aanzien van Israël en hun eigen politieke opposanten. Ook laat Thrall zien dat het begrip 'kolonist' niet eenduidig is: er zitten moreel goede en foute mensen tussen.

Ook interessant aan dit boek is dat je een heleboel informatie meekrijgt over de gebruiken en tradities binnen Palestijnse families.

We leren Abed kennen in al zijn onvolkomenheden en eigenaardige keuzes. Daardoor heeft hij niet altijd de sympathie van de lezer. Maar met de wanhopige vader, op zoek naar zijn geliefde zoontje Milad, voelen wij helemaal mee.

Dit is geen boek dat je leest voor je plezier, maar het geeft wel een inkijkje in een door foute politiek totaal verziekte samenleving.

Nathan Thrall is een Amerikaanse Jood die in Jeruzalem woont. Dit boek is verschenen in 2023 en hij heeft er de prestigieuze Pulitzer Prize voor gekregen. Voor hem staat het busongeluk in 2012 model voor de wetteloosheid van het leven op de Westelijke Jordaanoever.

Trees Schermij, november 2024

Reageren? Mailto:

veldpost@pvge-veldhoven.nl

Nathan Thrall is een Amerikaanse (Joodse) schrijver, essayist en journalist gestationeerd in Jeruzalem.

Thraal is de vroegere directeur van het Arab-Israëli project van de International Crisis Group waar hij van 2010 tot 2020 de relaties tussen Israël, de Westelijke Jordaanoever, Gaza en de verhoudingen van Israël met haar burens behandelde.

bruna
VELDHOVEN

Pleintjes 80 - Citycentrum - www.brunaveldhoven.nl

Blijf Fit met Jack Gudden

Kracht en balans, Je moet het zelf doen

Valpreventie is een thema dat met regelmaat terugkeert in de media. Alleen vind ik de argumentatie om daar aandacht aan te besteden niet altijd stimulerend om zelf tot actie over te gaan. Het wordt naar mijn mening te vaak in relatie gebracht met de zorgkosten. En dat kan mij niet aanzetten tot meer bewegen. Een argument dat mij wel kan stimuleren werd laatst beschreven door een bewegingswetenschapper: *'we krijgen bij geboorte een lichaam en daar moeten we het mee doen tot het einde van ons leven!'*



We hebben zelf de keuze hoe we met dat ene lichaam omgaan. En in de loop van de afgelopen jaren is steeds duidelijker geworden dat bewegen en voeding veel invloed hebben op de ontwikkeling van ons lichaam. Van voeding weet ik niet zo veel, behalve dan dat eiwitten belangrijk zijn voor de spieren. Vandaar dat ik bijvoorbeeld ben overgegaan van yoghurt naar

kwark. Daar zitten meer eiwitten in. 's Morgens en 's avonds een bakje. Om daar profijt van te hebben voor de spierkracht moet ik dit wel combineren met bewegen.

Waar ik me heel bewust van ben is dat mijn spierkracht achteruit gaat naar mate ik ouder word. Ik voel het aan alles. En daar ik in april 65 jaar ben geworden, viel mijn oog op een artikel in het Veldhovens Weekblad met de kop 'Valpreventieprogramma voor 65 plussers'. Spierkracht in de bovenbenen heeft invloed op balans en dus op vallen. En daarvoor is het goed om meerdere keren per week de spieren in de bovenbenen te trainen. Maar hoe doe je dat?

Een aantal senioren heeft de sport-school ontdekt. Ik heb het ook geprobeerd. Maar het past niet bij mijn beleving van bewegen. Ik doe dat liever in een groep dan dat ik alleen op een loopband, of aan een apparaat, mijn oefeningen doe. Vandaar dat ik u zou willen adviseren om eens te gaan kijken bij een gymgroep van de PVGE onder leiding van een ervaren docente. Zij heeft de sportacademie gevolgd en heeft veel ervaring met het lesgeven aan senioren. En ze geeft desgevraagd tips hoe u gedurende de rest van de week oefeningen voor kracht en balans thuis uit kunt voeren en op de juiste wijze.



Voor balans en dus minder valrisico zijn de bovenbeenspieren van groot belang. En die zijn thuis makkelijk te oefenen. Heeft u een trap, ga deze dan maar regelmatig omhoog en omlaag. De railing is er om aan vast te houden. Ook makkelijk te doen is zitten op een stoel en dan 3x per dag 10 keer opstaan. En wil je dit zwaarder maken, pak dan wat gewicht in je handen. Of, wat ik wel eens doe, tijdens het bakken van mijn gehaktbal, 10 keer door mijn knieën zakken. Ik hou me dan vast aan de aanrecht. Tijdens het tanden poetsen kan dat ook. En moeilijker wordt het om het dan op één been te doen. Maar hou je wel vast, want de cursussen die de gemeente aanbiedt heten 'val-preventie'. Voor informatie waar deze gehouden worden verwijs ik naar Cordaad Welzijn 040-253.67.89

En vergeet niet eens te gaan kijken (en meedoen) met de gymclub(s) van de PVGE Veldhoven op maandag, dinsdag of donderdag.

Veel succes
Jack Gudden

Dementie advies

Wat adviezen om eens over na te denken als je iemand ontmoet met dementie in jouw omgeving:

- Spreek nooit tegen, geef altijd gelijk
- Zeur niet over het heden, ga terug naar het verleden
- Niet corrigeren, maar afleiden en waarderen
- Focus op mogelijkheden, niet op onmogelijkheden
- Niets moet, alles mag
- Vraag nooit te herinneren, maar herinner samen
- Oordeel niet, maar bemoedig en complimenteer
- Zeg nooit: dat heb ik gezegd, herhaal gewoon nog een keer
- Preken is voor de kerk, geruststellen is het betere werk
- Doe niets met dwang, dan duurt het alleen maar extra lang



Bedankje

Nee wees gerust, er start niet weer een nieuwe RABO-clubsupport actie dit jaar!

De echte RABO-clubsupport actie van dit jaar ligt al weer enige tijd achter ons en is een succes geworden voor onze PVGE.

Het bedrag dat door de leden van de RABO en van de PVGE bijeen werd gesponsord bedroeg **€ 558,63**

Daarmee zullen weer veel mooie activiteiten financieel kunnen worden ondersteund hetgeen ons allemaal ten goede komt.

Het bestuur wil daarom allen die als RABO-lid op onze vereniging hebben gestemd van harte bedanken.

Doe je volgend jaar ook weer mee?



Kunst & Cultuur: Market Garden

Het zal u vast niet ontgaan zijn dat we binnen de PVGE Veldhoven sinds kort van start zijn gegaan met een commissie 'kunst en cultuur'.

Na enkele verkennende besprekingen met de commissie bestaande uit enkele flex-vrijwilligers, twee bestuursleden en een lid van de pr-commissie hebben we voor dit jaar al gelijk een drietal activiteiten georganiseerd. Het zijn drie totaal verschillende activiteiten maar op zich alle erg informatief.

Basecamp Operatie Market Garden

De allereerste activiteit van de commissie Kunst en Cultuur was het bezoek aan Basecamp Operatie Market Garden. Het is dit jaar op 18 september precies 80 jaar geleden dat wij in Eindhoven na vier jaar onderdrukking door Nazi-Duitsland bevrijd zijn.

Op een mooie zonnige woensdag, de 18e september 2024, verzamelden zich om circa 13.00 uur een groep van ongeveer 25 PVGE'ers bij de ingang van Basecamp DZA Vlagwijde bij Schijndel. Na de ontvangst had iedereen de mogelijkheid om alvast even op eigen gelegenheid het festivalterrein te verkennen.



Om 14.00 uur kwamen we zoals afgesproken weer allemaal bij elkaar en werd de totale groep verdeeld over twee gidsen.

De gidsen leidden ons langs diverse stands waar we vervolgens uitleg kregen van de personen die daarbij hoorden. De eerste stop was bij een leger-tent waar soldaten, gehuld in tenues uit de tweede wereldoorlog, rondliepen. Het bleken Tsjechen te zijn. Nu heb ik nooit geweten dat er tijdens de bevrijding van het zuiden ook Tsjechen bij betrokken waren maar volgens de persoon die ons te woord stond was dat wel het geval en had er toch minstens 'een' soldaat meegevochten. Nou ja, voor wat het waard is.

Maar deze soldaten hadden toch wel leuke dingen bij zich. Een militair zat achter een antieke telefooncentrale. Je weet wel zo'n ding waar telefonistes letterlijk met draden verbinding maakten. Maar het meest bekijks kregen toch de fietsen die ze bij zich hadden. Het waren antieke fietsen met een versnellingspookje langs de stang van de fiets en een tandwielenblok onderaan het frame. Een soort versnellingsbak dus die we ook bij auto's zien. Zoiets had ons gezelschap nog nooit gezien.



Ook stopte de groep bij een door de Amerikanen gebouwd amfibievoertuig. Dat is dus een voertuig dat zich over de weg en over het water kan verplaatsen. Wat ik ervan onthouden heb is dat de Amerikanen er niet naar streefden om de allerbeste te maken maar wel een amfibievoertuig wat ze heel snel in elkaar konden zetten. En dat was te zien aan de verbindingen die niet helemaal afgelast waren. De Duitsers deden dat anders, die bouwden veel degelijker maar daardoor duurde het veel te lang voordat zoiets in groten getale op het front aanwezig was. Volgens de deskundige die ons



te woord stond was dat niet nodig want lang hielden die voertuigen het door-gaans toch niet vol.

Ook historische Nederlandse leger-voertuigen van DAF kregen we te zien en daar kregen we vooral uitleg over het ingenieuze verlichtingssysteem. Dat was wel een iets te technisch verhaal en daarom stelden de dames in



ons gezelschap voor om ook maar eens bij het veldhospitaal iets verderop een kijkje te nemen. De dame die ons te woord stond was erg enthousiast over haar militaire geneeskundige verzameling. En met dit enthousiaste verhaal was er tevens een einde gekomen aan onze rondleiding.

Er was weliswaar een einde gekomen aan de rondleiding maar niet aan deze activiteit.

Bij 'kunst en cultuur' vinden ze het vooral belangrijk dat mensen met elkaar in contact komen en hoe kan dat beter dan met een drankje en het luisteren naar de muziek van een brassband. Op het terras en in de zon bleven de PVGE'ers dan ook nog een hele tijd zitten en werd deze eerste activiteit van 'kunst en cultuur' op een gezellige manier afgesloten.

Peter Mollen



Reisgroep: Oude ambachten en Zandsculpturen, Garderen

Zoals iedere keer waren onze reizigers ruim op tijd aanwezig bij de Veldwijzer in Veldhoven.

Helaas heeft 1 persoon door omstandigheden af moeten zeggen.

Kevin was vandaag onze reisleader en chauffeur.

Na het gewone introductie- en algemene informatiepraatje van dit keer reisbegeleidster Erna, konden we met 37 personen vertrekken. Jammer dat de chauffeur geen uitleg of info gaf tot de koffiestop.

Tijdens de introductie had ik de reizigers nog gevraagd om stil te zijn als de chauffeur aan het praten is. Dit vonden enkele mensen dan ook jammer! Maar goed, een ieder vermaakte zich tijdens de busrit.



Een echt leuke ontvangst stond op ons te wachten bij het museum. Een van de medewerkers van het museum kwam in de bus ons welkom heten en legde de algemene regels uit. Men kan tijdens het bezoek gebruik maken van een rolstoel of rollator. Een scootmobiel is in de liften niet toegestaan. Een van de deelnemers moest daarom overstappen in een rolstoel en geduwd worden. Het museum is geschikt voor mindervaliden. In een voor onze groep gereserveerde ruimte stond de koffie of thee klaar, natuurlijk met verschillende stukjes heerlijk gebak waar uit gekozen kon worden. Voor een ieder was



er wel iets lekkers en dat lieten we ons dan ook goed smaken.

We hadden ruim 2 uur de tijd om de 3 afdelingen van het zowel oude ambachten als een gedeelte speelgoed te bekijken. Ik denk dat velen van ons herinneringen hebben opgehaald bij het zien van oude koffiemolens, drukpersen, gereedschap, fotograaf, de eerste televisies, enzovoort. Heel veel verschillende winkels met van alles te zien. Teveel om allemaal echt goed te bekijken en hier nu op te noemen.



Ook het speelgoedgedeelte was geweldig om te bekijken met de poppenhuizen de berencollectie, lego, treinen, bromtollen, dinkytoys enzovoort. Er is op dit moment een Barbie uitstalling. Daar werd door veel dames terug gedacht en besproken wie welke Barbie destijds had.

Waarschijnlijk heeft een ieder nog wel met de sjoelbakschijfjes geprobeerd om de hoogste punten te scoren.

De eenvoudige lunch met heerlijke soep smaakte een ieder goed.

Snel naar de bus, nog even zwaaien naar het personeel van het museum. Wist u dat dit museum voor het merendeel door vrijwilligers onderhouden wordt?! Top hoor.

We gaan richting tweede deel van de dagtocht: de unieke Zandsculpturen in Garderen.

Bij aankomst van de bus in Garderen kwam een fleurig geklede man, genaamd Roland Pennenvreugd, ons verwelkomen en van informatie voorzien.



Hierna liepen we netjes achter hem aan op pad naar de ingang.

Onderweg was de verleiding voor menigeen groot om de kleine beeldjes en sculpturen te bekijken. Nadat we door de ingang waren konden we bijna 200 zandsculpturen bezichtigen. De tentoonstelling is open van april tot december, ieder jaar met een ander thema. Dit jaar was het thema boeken. Natuurlijk zagen we een foto van al de internationale deelnemende kunstenaars die dit schitterende geheel toch maar weer voor elkaar hebben gekregen.



Prachtig! En zo met alle details is elk stuk een ongelooflijk kunstwerk: van schoolklasjes tot en met de kleine van zand gemaakte kinderen, Kuifje, de Kameleon enzovoort.

Maar ook de bekende boeken van deze tijd zoals van Lucinda Riley, be-

kend van de zeven zussenserie. De Bijbelvertelling van de Ark van Noah was te zien met al de dierenparen uitgewerkt. Ook was er wat van het oorlogsverleden te zien. Oorlogstafelen met soldaten, de vernielde of in brand staande huizen, de wapens, maar ook de bevrijding was in beeld gebracht. Er stond zelfs een levensgroot gedeelte van een zandkasteel! In een woord: onbeschrijfelijke indrukken.



Na nog op het terras in de zon wat gedronken te hebben en het mooie winkeltje bekeken, stond de bus ons op te wachten. Het diner werd geserveerd in het Wapen van Valburg. Dat lieten we ons goed smaken.



Af en toe even genieten van de brui-
loftsgasten en het bruidje waarvan het feest in de andere zaal werd gehouden. De twee gratis drankjes zorgde voor een extra afronding van deze dag. Om 19.00 uur gingen we met ons hoofd vol mooie herinneringen en indrukken terug naar Veldhoven. Ik denk dat ik namens iedereen kan zeggen: het was een hele mooie DAG-TOCHT, zelfs de zon heeft ons nog blij begeleid!

Tot de volgende keer, Erna Swinkels

Brood, brood en nog eens brood

In mijn familie is dit heel gewoon. Van mijn moederskant zijn er al eeuwenlang bakkers in de familie. Ome Herman bijvoorbeeld was zo'n bakker.

Hij woonde in Tegelen in Limburg. De bakkerij waar hij de eigenaar van was bestond al vanaf 1435. Op het terrein stond nog een oud gebouwtje waar ik als kind in speelde. Dit was een oud bakhuis. Er zat een grote schoorsteen op en een soort luik waar de broden op geschoven werden om gebakken te worden. Eronder werd er een vuurtje gestookt.

In de straat ruikt het elke ochtend om 7:00 uur al naar lekker vers gebakken brood. Buiten het brood maken is ome Herman een ster in het maken van traditionele Limburgse vlaaien. De lekkerste zijn die met kroezel en amarel van de boomgaard van de buurman.

Catelijne Prinsen

Schrijfclub Pennenvreugd

De creatieve schrijfclub is van start gegaan. We hebben een prijsvraag uitgeschreven voor een naam voor de club. Jean-Paul de eigenaar van de Bruna had verschillende prijzen ter beschikking gesteld. We hebben met alle leden gekozen voor de naam:

'Schrijfclub pennenvreugd'

De gelukkige winnares is Mieke van der Zaan (rechts op de foto) die de prijs in ontvangst mag nemen, aangereikt door de coach van de schrijfclub, Catelijne Prinsen (links op de foto).



Wij kunnen altijd nog nieuwe leden gebruiken. Je mag ook vrijblijvend een keer mee doen om te kijken of het iets voor je is. We horen graag van je.

We zullen voortaan elke Veldpost een stukje publiceren dat één van de leden geschreven heeft. Onderstaand de aftrap.

Opdracht:

- schrijf 5 willekeurige bijvoeglijke naamwoorden op
- verzin een beroep
- schrijf 10 werkwoorden die met dit beroep te maken hebben
- Schrijf nu een kort verhaal over het beroep.

zie het eerste resultaat links hiernaast:

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	

Bestuurleden PVGE			Overigen		
Voorzitter	Wiel Berden	040-2536700	Ouderen/Ziekenbezoek	Betsy v.d. Boom	040-2531301
Secretariaat	Ben van den Berg	040-2535618	(tevens contact "Maatje zoekt maatje")		
Penningmeester	Marjo van de Vorst	06-21111615	Clïëntondersteuners	Corrie Pollemans	06-20624306
Coördinatie Evenementen	Peter Mollen	06-81311314		Nicole Janssen	06-49652186
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

Leesclub oproep

Zoals u allemaal al wel weet stopt Lilian Smits na 15 jaar als coach van één van de leesclubs van de PVGE. Heel jammer Lilian. Veel PVGE-leden hebben genoten van jouw aanpak om boeken te bespreken.

De 8 dames die nu stuurlaas achterblijven zouden graag verder willen gaan. Een van de dames heeft zelfs te kennen gegeven dat ze Lilians plaats misschien wel over wil nemen, maar zeker niet alleen.

Wie voelt er iets voor om met twee of drie mensen de te lezen boeken uit te zoeken en de bijeenkomsten voor te bereiden?

Natuurlijk hoeft de vervanging van Lilian niet uit de bestaan-de groep te komen. Bij de andere leesgroep is een kleine wachtlijst ontstaan. Wellicht iets voor deze mensen? Of wellicht voor leden van de PVGE die nog helemaal niet bij een leesgroep aangesloten zijn.

Lijkt dit wel iets voor u, een twee- of drietal geschikte boeken te zoeken en te bedenken hoe deze in een lees-groep besproken kunnen worden, stuur dan een reactie naar

Ank Heemskerk
Coach Leesgroep 1 PVGE
aajm@live.nl
0643283441

Samen uit eten 2025

GEORGANISEERD DOOR PVGE, KBO EN SWOVE

**Aanvang:** ontvangst vanaf 17:00 uur om 17:30 uur opening en start diner

**Kosten:** € 19,00 P.P.
Drankjes en andere gerechten zijn voor eigen rekening.

**Aanmelden:** Gelieve op onderstaande maandagen tussen 13:00 uur en 14:00 uur aan te melden op de Veldwijzer Sterrenlaan 15 of via e-mail op: samenuitetenveldhoven@outlook.com.

Graag bij **aanmelding** doorgeven voor hoeveel personen je reserveert, de namen van de personen (max. 4 pers) en of je kiest voor vis of vlees. Zonder aanmelding en bevestiging van deelname kun je niet deelnemen. Voor afmeldingen contact opnemen met Gerrie Berden: 06-40326757.

**Samen uit eten** is een aanschuifdiner waarbij ontmoeting centraal staat. Om iedereen de kans te geven nieuwe mensen te leren kennen, is het helaas niet mogelijk om plekken vrij te houden.

Wanneer?

Datum start aanmelding	Datum diner	Locatie
Maandag 30 december	Dinsdag 14 januari	De Wok
Maandag 27 januari	Donderdag 13 februari	De Molenvelden
Maandag 24 februari	Dinsdag 11 maart	Dorpsgenot
Maandag 31 maart	Donderdag 10 april	Crème de la Crème

