

nieuwsbrief

Oirschot Vitaal

ONDERDEEL VAN KBO-BRABANT



NIEUWS VOOR LEDEN VAN OIRSCHOT VITAAL • jaargang 22 • nummer 4 • april 2024

inhoud

- 3/** *Activiteiten* april 2024
- 4/** *Opfriscursus fietsen*
- 5/** *Fietsen en Modeshow*
- 6/** *Reizen met Beers Vitaal en KBO Best*
- 8/** *Zwemmen in Koud Water*
- 9/** 10-Jarig bestaan *Fotoclub*
- 10/** *Ledenvoordeel* op aanvullende zorgverzekering 2024
- 10/** *Rijbewijskeuring*
- 11/** *Recept Paastiramisu*
- 13/** *Onze Lieve Vrouw van de Heilige Eik*
- 15/** Excursie *Orchideeën Hoeve in kerstsfeer ... een winterdroom*
- 16/** *Puzzel en Gedicht*



Een Nieuwe Lente, Nieuwe Naam!

Door Jan van de Schoot



In onze onlangs gehouden Algemene ledenvergadering hebben de aanwezige leden hun goedkeuring uitgesproken om de naam KBO-Oirschot, die we al bijna 70 jaar hebben mogen uitdragen, te wijzigen naar een door een meerderheid gedragen naam.

Onze vereniging zal daarom vanaf heden de naam dragen van:

Oirschot Vitaal

BELOFTE MAAKT SCHULD

Door Harry Rutten, penningmeester Oirschot Vitaal

De penningmeester, Harry Rutten, heeft tijdens de Algemene Ledenvergadering op 5 maart 2024 aan een ieder die de cijfers van het afgelopen jaar (2023) wil inzien beloofd, dat deze dan ook beschikbaar zijn. Geef a.u.b. via de mail op indien je interesse hebt, zodat Harry Rutten deze kan toesturen.

Mailadres: penningmeester@kbo-oirschot.nl

Nogmaals mijn verontschuldiging voor het foutief afgeven van de cijfers in het tafel-exemplaar. Ik ben zeer blij dat de aanwezige leden zich aan de begroting 2024 hebben geconformeerd, op basis van de PowerPoint presentatie.

Tijdens deze ledenvergadering hebben wij als bestuur duidelijk onze visie omtrent deze stap voorgelegd aan onze leden. De hedendaagse samenleving is bezig aan een andere beleving van RELIGIES, dus hebben wij als bestuur besloten dat wij willen mee-veranderen. Medemensen die een ander geloof belijden of andersdenkend zijn, zijn ook welkom als ze zich willen aansluiten als lid bij onze seniorenvereniging. >>

JAARGANG 22
NR. 4 - 2024

Deze nieuwsbrief is een uitgave van Oirschot Vitaal en wordt 11 keer per jaar toegestuurd aan de 1.300 leden.

REDACTIE

Bertha Erven, Leo van Loon,
Simon van der Steen,
Mari van de Ven, Mildred Zijlstra,
Henry van den Koedijk en Herman Slegt

REDACTIEADRES

Oirschot Vitaal,
De Vier Uitersten 17,
5688 BN Oirschot,
0499 57 16 59
info@kbo-oirschot.nl

REALISATIE/OPMAAK

VissenCom | Grafisch Ontwerp
Sofie den Ouden

LIDMAATSCHAP

Indien u een lidmaatschap bij Oirschot Vitaal wilt aangaan of opzeggen, dan kunt u terecht bij het secretariaat van onze vereniging. Zie voor de adresgegevens onder redactieadres of op www.kbo-oirschot.nl.

OIRSCHOT VITAAL

De Vier Uitersten 17
5688 BN Oirschot

Bankrekening:

NL19 RABO 0133 8733 90
KVK Eindhoven: 40238321

Secretariaat/beheerder:

Leo van Loon
secretaris@kbo-oirschot.nl
06 36 48 13 54

Niets uit deze uitgave mag worden vervoelvoudigd en/of openbaar gemaakt zonder Oirschot Vitaal daarvoor van in kennis te stellen.

Het toesturen van foto's en teksten impliceert toestemming tot publicatie in deze nieuwsbrief. Dit betekent niet dat toegestuurde foto's en teksten automatisch geplaatst worden.

WWW.KBO-OIRSCHOT.NL

vervolg

Een nieuwe lente, nieuwe naam!

Natuurlijk zullen we de identiteit van Zorg, Wonen en Welzijn blijven behouden zoals voorheen. Een andere belangrijke reden is dat wij door deze verandering mogelijk nieuwe aanmeldingen voor een lidmaatschap mogen begroeten, nu de "K" is verdwenen in onze nieuwe naam. Dus gaan wij ons voor iedereen profileren als belangenbehartiger en hebben de hulpvragers mogelijkheden om te participeren in de hulp die hen aangeboden wordt. Ook herkennen wij een veranderende samenleving waarbij we ervaren dat de huidige senioren van 80 plus zich 70 plussers voelen, en de 70 plussers zich nog steeds als 60 plus

gedragen. Een teken van **vitaal welzijn**, iets wat wij een mooie ontwikkeling vinden en dat willen blijven promoten.

*Doordat we ons langer vitaal voelen is duidelijk zichtbaar dat onze ouderen zich positief verbonden voelen met mede senioren en samen een fijne **derde levenshelft** beleven.*

Daarom past bij onze toekomstvisie de nieuwe naam: "**Oirschot Vitaal**" ■



Overleden leden van onze KBO

Wij gedenken hierbij de overleden leden van de afgelopen maand:
Henk Liebrand,

Gerrie van Zeeland, Cees Fonken,
Ad Kolsters, Mien Verouden-de Kruijf,
Jan Bullens en Klaartje van de Vleuten-van de Schoot.

Note: Het bestuur zou het fijn vinden als u ons doorgeeft wanneer leden zijn overleden, wij kunnen hieraan dan aandacht besteden. Ook horen wij graag als u bent verhuisd. ■

"Sterven is verhuizen van de wereld naar het hart van de mensen die van je houden.
Daar leef je verder"



daglief.nl

april 2024

Maandag 1 apr

2e PAASDAG

Dinsdag 2 apr

Biljarten	hele dag
Jeu de boules	hele dag
Handwerkclubje	13.30-16.00

Woensdag 3 apr

Biljarten	hele dag
Gym 2 groepen	09.00-12.00
Wandelen (5 km)	09.30
Wandelen (10 km)	08.45
Kienen	13.30-16.00

Donderdag 4 apr

Biljarten	hele dag
Breiclub	09.30-11.30
Kaarten	13.30-16.00

Vrijdag 5 apr

Wandelen (Nordic)	09.00
Biljarten	hele dag
Koersbal	09.30
Bridge	13.00

Maandag 8 apr

Biljarten	hele dag
Wandelen 5 km	09.15
Wandelen 10 km	09.00
Kaarten	13.30-16.00

Dinsdag 9 apr

Biljarten	hele dag
Jeu de boules	hele dag

Woensdag 10 apr

Biljarten	hele dag
Gym 2 groepen	09.00-12.00
Wandelen (5 km)	09.30
Wandelen (10 km)	08.45
Kaarten	13.30-16.00

Donderdag 11 apr

Biljarten	hele dag
Breiclub	09.30-11.30

Vrijdag 12 apr

Wandelen (Nordic)	09.00
Biljarten	hele dag
Fotoclub	9.15-11.30
Koersbal	09.30
Bridge	13.00

Maandag 15 apr

Biljarten	Hele dag
Wandelen (5 km)	09.15
Wandelen (10 km)	09.00
Kaarten	13.30-16.00

Dinsdag 16 apr

Biljarten	Hele dag
Handwerkclubje	13.30-16.00
Jeu de boules	Hele dag

Woensdag 17 apr

Biljarten	hele dag
Gym 2 groepen	09.00-12.00
Wandelen (5 km)	09.30
Wandelen (10 km)	08.45
Kienen	13.30-16.00
Keezen	13.30-16.00

Donderdag 18 apr

Biljarten	hele dag
Breiclub	9.30-11.30
Kaarten	13.30-16.00

Vrijdag 19 apr

Wandelen (Nordic)	09.00
Biljarten	hele dag
Koersbal	09.30
Bridge	13.00
Leeskring	09.15-12.00

Maandag 22 apr

Biljarten	hele dag
Wandelen 5 km	09.15
Wandelen 10 km	09.00
Kaarten	13.30-16.00

Dinsdag 23 apr

Biljarten	hele dag
Jeu de boules	hele dag

Woensdag 24 apr

Biljarten	hele dag
Gym 2 groepen	09.00-12.00
Wandelen (5 km)	09.30
Wandelen (10 km)	08.45
Kaarten	13.30-16.00

Donderdag 25 apr

Biljarten	hele dag
Breiclub	09.30-11.30

Vrijdag 26 apr

Biljarten	hele dag
Leeskring	09.30-11.30
Bridge	13.00
Koersbal	09.30

Maandag 29 apr

Biljarten	hele dag
Wandelen 5 km	09.15
Wandelen 10 km	09.00
Kaarten	13.30-16.00

Dinsdag 30 apr

Biljarten	hele dag
Jeu de boules	hele dag

Opfriscursus fietsen

Veilig Verkeer Nederland organiseert binnenkort in jouw gemeente een gezellige opfriscursus voor fietsers met in de middag een praktijkgedeelte.



Alle 50-plussers die graag willen blijven fietsen en met elkaar ervaringen, leuke routes en tips willen uitwisselen, zijn van harte welkom. In opdracht van de gemeente Oirschot organiseren we dit jaar een VVN Opfriscursus Fiets als onderdeel van het programma Doortrappen. Helemaal gratis, op een locatie in de buurt en ook nog eens super gezellig.

In de gemeente Oirschot organiseren we dit jaar een VVN Opfriscursus Fiets met praktijk. Deze opfriscursus staat onder leiding van experts van Veilig Verkeer Nederland en in het teken van vrij bewegen in het verkeer, ondanks dat we allemaal een jaartje ouder worden.

Onderwerpen die aan bod komen zijn o.a. slim omgaan met drukke fietspaden, kwetsbaarheid in het verkeer, conditie van het lichaam en veilig fietsen.

*Woensdag
15 mei
10 - 15 uur
in Oirschot.*

Onder het genot van een kopje koffie en/of thee met kleine traktatie leren deelnemers met behulp van praktische filmpjes, foto's en stellingen meer over veilig fietsen. Na een goed verzorgde lunch krijgen de deelnemers (indien gewenst) een gratis fietsspiegel geïnstalleerd door een lokale fietsenhandelaar. Voordat de middag wordt afgesloten wordt er buiten een parcours gereden waarbij men praktische tips krijgt aangereikt.

De opfriscursus in de gemeente Oirschot is op woensdag 15 mei 2024 van 10.00 tot 15.00 uur in Oirschot

Aanmelden

Ben je 50-plusser en woonachtig in bovenstaande gemeente en heb je interesse in deze opfriscursus meld je dan aan via onderstaande link, dit kan tot een week voor aanvang van de cursus vvn.nl/opfriscursusoirschot

Of bel tijdens kantooruren naar 088-5248850. Indien we telefonisch niet bereikbaar zijn mag je de aanmelding per mail sturen naar steunpuntzuid@vvn.nl o.v.v. 'VVN Opfriscursus Fiets Oirschot'. Vermeld in de mail je NAW gegevens en telefoonnummer.

Je ontvangt een week voor aanvang van de cursus een uitnodiging met de locatiegegevens. ■

Denk om jouw veiligheid in het verkeer en graag tot ziens!



Fietsen



Er gaat weer gefietst worden samen met Frans Traa en Jan en Jo van Overbeek.

De data van Frans Traa:

Wij fietsen op de tweede en vierde donderdag van de maand te beginnen in april. Vertrek bij D'n Inloop.

11-25 april, 23 mei, 13-27 juni, 11-25 juli, 8- 22 augustus, 12-26 september, 10-24 oktober

De data van Jan en Jo van Overbeek:

Fietsen in 2024 georganiseerd door Jan en Jo van Overbeek. Vertrek om 11.00 uur bij De Inloop Steeds op eerste en derde vrijdag van de maand.

Vrijdag 19 april, Vrijdag 3-17 mei, Vrijdag 7-21 juni, Vrijdag 5-19 juli, Vrijdag 2-16 augustus, Vrijdag 6-20 september, Vrijdag 4-18 oktober

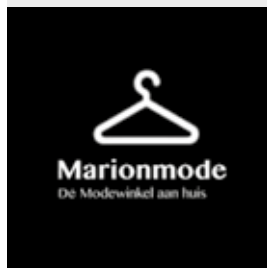
Afstand 40 tot 50 km met halverwege een eventuele lunchstop. Kosten voor eigen rekening .

Voor eventuele verdere inlichtingen bel Jan van Overbeek 06 12 18 54 13. ■

LET OP:

*Op 22 augustus
is de grote fietstocht
vertrek 9.30 uur.*

*Donderdag
16 mei
10 - 12 uur
in de
Ontmoeting.*



Modeshow

Door evenementenwerkgroep

Marionmode Dé Modewinkel aan huis



Op donderdag 16 mei a.s. is er een modeshow bij de KBO in de Ontmoeting van 10.00 tot 12.00 uur.

We beginnen om 10.00 uur met een modeshow van ca. een half uur waarna u in de gelegenheid bent om gezellig te shoppen onder het genot van een kopje koffie of thee. Voor iedere koper is er een cadeaubon van € 5,-! ■

Reizen met Beers Vitaal

Door Ad van Heerbeek

A) 5-Daagse reis Blankenberge Vertrek: 1 juli

Tijdens deze reis verblijven we in het Alfa Inn Hotel. Het hotel is gelegen in het centrum van Blankenberge. Alle kamers zijn voorzien van douche/bad en toilet. 's Morgens staat er een uitgebreid ontbijtbuffet en 's avonds een 3 gangen diner voor ons. Het hotel ligt ook op loopafstand van het strand.

Prijs:

€ 595,00 p.p. (bij min 40 betalende deelnemers)

Inbegrepen:

- Vervoer per luxe touringcar met ervaren chauffeur/reisleider.
- 4 x overnachting op basis van half pension (ontbijt en diner) in 2 pers. kamers.
- Welkomst drankje bij aankomst, muziekavond in het hotel, 1 x afscheidsdiner op 5e dag in Nederland. Excursies zoals omschreven. Gids in Brugge, Ieper en Blankenbergen. Toeristenbelasting en SGR-bijdrage.

Niet inbegrepen:

Toeslag 1 pers. kamer € 90,00 en Reis- en annuleringsverzekering

Inschrijven:

De inschrijftermijn is verlengd tot eind april 2024. In verband met reservering van hotels e.d. graag zo snel mogelijk opgeven.

Voor info:

Marijke Jaspers: marijkejaspers@yahoo.nl
tel.: 013 514 37 27. Voor degene die minder goed ter been zijn, neem a.u.b. contact op met Marijke Jaspers.



B) Dinsdag 11 juni: Bezoek Tingieterij en aansluitend Airborne-route.

's Morgens bezoeken we de tingieterij van de familie van Zon in Alphen, deze is beroemd om de grote variëteit van producten, o.a. de schaal voor landskampioen voetballen en de Johan Cruyff Schaal. U wordt ontvangen met een heerlijk kopje koffie / thee met gebak en vervolgens start u met de rondleiding en natuurlijk een excursie van het tingieten. De lunch wordt geserveerd in de Thornsche Molen.

Na de lunch starten we met de Airborne route. De route brengt ons, onder leiding van een gids, langs plekken waar hevige strijd is geleverd in 1944 tijdens Market Garden. We bezoeken ook de Ginkelse Heide waar de parachutisten zijn geland langs het Airborne museum in Oosterbeek.

We sluiten zoals gewoonlijk de dag af met een diner.

De kosten voor deze reis bedragen:

€ 82,95 p.p.

Graag opgeven voor 15 mei 2024

Voor info:

Marijke Jaspers: marijkejaspers@yahoo.nl
tel.: 013 514 37 27

*Zowel
Beers Vitaal
als KBO Best
organiseren
reizen
waaraan onze
leden kunnen
deelnemen.*

C) Donderdag 26 september: Bezoek aan Fruit- bedrijf, rondrit Voorne Putten en bezoek vestingstadje Brielle.

Na een tussenstop in Terheijden bezoeken we in Brielle het fruitbedrijf van de familie Klok. Hier worden appels, peren, kersen en pruimen geteeld. U krijgt een uitgebreide toelichting over het bedrijf. Er is ook de mogelijkheid om te voet of met pluktreintje op het bedrijf rond te kijken. De lunch wordt gebruikt in pannenkoekrestaurant Klokhuis. U heeft hier de keuze uit diverse soorten pannenkoeken met een non-alcoholisch drankje en ijs na. Na de lunch maken we onder begeleiding van een gids een rondrit over het eiland Voorne Putten.

De Gids vertelt over de ontwikkeling van het eiland, vroeger en nu o.a. natuur en tuinbouw, havengebied en Maasvlakte. Na de rondrit bezoeken we het vestingstadje Brielle. Hier kunt u zelf of onder begeleiding van een gids het centrum van Brielle bezoeken. Brielle heeft meer dan 400 monumenten en diverse winkeltjes en terrasjes. De dag wordt afgesloten met een diner.

De kosten voor deze reis bedragen:
€ 77,50 p.p.

Graag opgeven voor
1 september 2024

Voor info:

Marijke Jaspers: marijkejaspers@yahoo.nl
tel.: 013 514 37 27 ■



Reizen met KBO Best

Bezoek Museum Oude Ambachten en Speelgoed en Amersfoort (incl.diner) donderdag 23 mei (€89,- p.p.)

In het museum Oude Ambachten en Speelgoed gaat u letterlijk terug in de tijd. Het museum heeft een rijke verzameling van 160 ambachten, winkeltjes en compleet ingerichte werkplaatsen, bijvoorbeeld een schoolklasje (zonder iPads en telefoons en een oude smidse Na de lunch brengen we een bezoek aan

Amersfoort. U maakt met de Keijlijn een toeristische rondrit van ongeveer 1 uur door deze historische binnenstad. Tijdens de rit informeert de gids/verteller u over het verleden en heden van de stad. Amersfoort is op 8 november 2023 door The Academy of Urbanism uitgeroepen tot beste Europese stad van het jaar!



De genoemde prijs is inclusief de fooi voor de chauffeur en de reisverzekering. U kunt zich inschrijven m.b.v. het inschrijfformulier of via de internetpagina van KBO Best! Als u inschrijft gaat u mee, tenzij u een tegenbericht krijgt dat de dagtocht niet doorgaat of u niet mee kunt en op de wachtlijst bent geplaatst. De toekenning van plaatsen gaat op basis van de volgorde van inschrijving. Wij willen u er ook op wijzen dat het invullen van het telefoonnummer van de thuisblijvers belangrijk is.

Aanmelden bij lid van de werkgroep reizen en excursies:

- Wilma van Rulo,
Michiel de Ruijterstraat 74
- Willy Wouters, Raadhuisplein 54
- Henny Appel, Grasklokje 25
- Fons Roesthuis, Wandelhei 11
- Willem de Poorter, Hoefblad 69 ■

Zwemmen in Koud Water

Door Herman Slegt

'De Gezondheidseffecten van Winterzwemmen voor Ouderen.'

We zwemmen van begin oktober tot eind april.

'Nu de naam KBO-Oirschot is gewijzigd in Oirschot Vitaal lijkt het het juiste

moment om nader in te gaan op de gezondheidsaspecten van Winterzwemmen. Winterzwemmen, ook bekend als koudwaterzwemmen, is een praktijk waarbij mensen zich blootstellen aan koud water, vaak in natuurlijke wateren zoals meren, de zee, of in zwemvijvers tijdens de koude maanden van het jaar. Hoewel het misschien ontmoedigend klinkt, heeft winterzwemmen de aandacht getrokken vanwege de potentiële gezondheidsvoordelen, vooral voor oudere mensen.



■ **Verbetering van de circulatie:**

Winterzwemmen kan de bloedsomloop stimuleren, wat kan helpen bij het handhaven van een gezonde bloeddruk en het bevorderen van een betere doorbloeding door het hele lichaam. Dit kan voordelig zijn voor ouderen, omdat het de kans op hart- en vaatziekten kan verminderen.

■ **Versterking van het immuunsysteem:**

Regelmatige blootstelling aan koud water kan het immuunsysteem stimuleren, waardoor het lichaam beter in staat is om infecties en ziekten af te weren. Dit is vooral belangrijk voor oudere mensen, omdat hun immuunsysteem soms verzwakt is.

■ **Verlichting van gewrichtspijn:**

Het koude water kan een kalmerend effect hebben op ontstoken gewrichten en spieren, waardoor pijn en stijfheid verminderen. Voor oudere mensen die vaak last hebben van artritis of andere gewrichtsaandoeningen, kan winterzwemmen een natuurlijke vorm van verlichting bieden.

■ **Verbeterde mentale gezondheid:**

Winterzwemmen kan ook een positief effect hebben op de mentale gezondheid, door het vrijkomen van endorfines en het verminderen van stress en angst. Dit kan vooral voordelig zijn voor ouderen die vatbaarder kunnen zijn voor stemmingsstoornissen.

■ **Versterking van het zenuwstelsel:**

De schok van het koude water kan het zenuwstelsel activeren en versterken, wat kan helpen bij het verbeteren van de algehele zenuwfunctie. Dit kan voordelig zijn voor ouderen, omdat het kan helpen bij het behouden van een scherpere geest en het verminderen van het risico op neurodegeneratieve aandoeningen zoals de ziekte van Alzheimer.

Hoewel winterzwemmen tal van gezondheidsvoordelen kan bieden, is het belangrijk om voorzorgsmaatregelen te nemen, vooral voor oudere mensen.

Het is raadzaam om eerst een arts te raadplegen voordat je begint met winterzwemmen, vooral als je al bestaande gezondheidsproblemen hebt. Bovendien is het essentieel om langzaam te beginnen en de tijd in het koude water geleidelijk op te bouwen om het risico op onderkoeling te minimaliseren. In conclusie kan winterzwemmen een waardevolle activiteit zijn voor oudere mensen die op zoek zijn naar een natuurlijke manier om hun gezondheid te verbeteren en hun welzijn te bevorderen. Met de juiste voorzorgsmaatregelen en begeleiding kunnen oudere mensen veilig genieten van de vele voordelen die deze praktijk te bieden heeft.

In de zwemvijver bij de familie
Van de Schoot, Montfortlaan 9,

wordt momenteel door zo'n 25 personen het koudwaterzwemmen beoefend. De oudste is bijna 78 jaar jong. We zwemmen altijd van begin oktober tot eind april. Het starten in oktober heeft als voordeel dat het water dan nog relatief warm is en het lichaam beter kan wennen aan de steeds lagere temperatuur. Het is een ongeschreven regel om altijd met twee of meer personen tegelijk te zwemmen om elkaar te helpen mocht dat nodig zijn. Van begin oktober tot eind april kan op elke weekday en zaterdag van 07.00 uur tot 10.00 uur een half uur worden geboekt in een agenda.

Informatie via e-mail:
herman.slegt@gmail.com' ■

10-Jarig bestaan van de Fotoclub

Sinds oktober 2014 is er binnen de KBO-Oirschot, nu Oirschot Vitaal, een fotoclub actief.

*12 en
13 oktober
expositie in
d'n Inloop.*

Iedere tweede vrijdag (m.u.v. de vakantieperiode) komen de 14 leden bij elkaar en bespreken dan de ingezonden foto's. De fotoclub is ontstaan uit cursisten die de fotocursus hadden gevolgd en het bespreken van de foto's na afloop van de cursus niet wilden missen. Heel bijzonder is wel dat de huidige leden allemaal ook bij het begin aanwezig waren. Met slechts een kleine uitzondering door het overlijden van Peter van Haaren.

Nog iedere bijeenkomst zijn wij dankbaar aan hem dat we gebruik kunnen maken van een hoge kwaliteit beamer

voor de projectie van de foto's die door Peter is geschonken aan de fotoclub.

Natuurlijk zullen we dit 10 jarig bestaan niet ongemerkt voorbij laten gaan., Naast een onderlinge gezamenlijke activiteit zullen we graag aan alle leden van Oirschot Vitaal onze resultaten laten zien.

In het weekend van 12 en 13 oktober zullen we daarvoor een expositie organiseren in d'n Inloop. Daar gaat u zeker nog meer over horen en lezen. Noteer alvast de datum in uw agenda.

U kunt ook steeds op de hoogte blijven van onze resultaten door op de website naar de foto's van de maand te gaan. Muis een muisklik op deze link bent u er zo. <https://kbo-oirschot.nl/fotoclub>

Veel kijkplezier! ■



Ledenvoordeel op aanvullende zorgverzekering 2024

Door *Simon van der Steen*

'Tijdens de algemene ledenvergadering van 5 maart 2024 is een terechte opmerking gemaakt dat er onvolledige informatie is weergegeven over het terugontvangen van de jaarcontributie van KBO-Oirschot bij ziektekostenverzekeringen.'



Per abuis is vergeten te vermelden aan welke voorwaarden men dient te voldoen om de lidmaatschapsgelden vergoed te krijgen. Daarom volgt hieronder uitleg hierover:

Twee zorgverzekeraars (namelijk VGZ en CZ) vergoeden de contributie van leden van KBO-Brabant tot maximaal 25 euro per jaar. Deze vergoeding wordt alleen uitbetaald wanneer men één van de volgende aanvullende verzekeringen heeft afgesloten:

Voor zorgverzekering VGZ is dat:

VGZ Zorgt Goed, VGZ Zorgt Beter en VGZ Zorgt Best

Voor zorgverzekering CZ is dat: **CZ Leden**

Leden met vragen over de terugbetaling kunnen contact opnemen met VGZ via telefoon 0900-8490 en met CZ via telefoon 088-555 77 77. ■

Rijbewijskeuring

Zo verlengt u uw rijbewijs: Dien 4 tot 5 maanden voordat uw rijbewijs verlopen is uw gezondheidsverklaring in. Dat kan via DigiD of via de reguliere post. Als uw voorkeur uitgaat naar de reguliere post en uw eigen gemeente verstrekt u het document niet, dan kunt u desgewenst een papieren gezondheidsverklaring aanvragen bij KBO-Brabant (tel. 073 644 40 66)



1. U behoort een bevestiging van ontvangst te krijgen van het CBR, via DigiD of (indien u met de reguliere post werkt) per post.
2. Zodra het CBR uw gezondheidsverklaring ontvangen heeft, krijgt u de benodigde documenten. Als u deze documenten heeft, maakt u zo snel mogelijk een afspraak met de keuringsarts.
3. KBO-Brabant biedt een overzicht van keuringsartsen.
4. U gaat met de documenten van het CBR naar de keuringsarts. Misschien moet u ook naar andere specialisten, of het kan ook zijn dat u een rijtest moet doen. Ook dat geeft het CBR aan.

5. Veel keuringsartsen versturen de rapportage zélf naar het CBR via Zorgdomein. Dit is de veiligste en snelste weg. Andere keuringartsen maken geen gebruik van dit portaal. In dat geval dient u zelf per post de rapportage naar het CBR te versturen. Maakt u in elk geval een kopie voor uzelf van de héle rapportage!

Als het goed is, ontvangt u binnen afzienbare tijd van het CBR bericht over uw verlenging. Als u naar uw mening hierop te lang moet wachten, of als u andere vragen heeft, kunt u altijd contact opnemen met KBO-Brabant (tel. 073 644 40 66). Ook op de website van het CBR vindt u veel informatie. Zo verlengt u uw rijbewijs

Voor een medische keuring in onze regio kunt u op afspraak terecht bij:

- **Mevrouw M.G.P.G. Elings**
Moergestelseweg 22 A
5062 JW OISTERWIJK
Tel. Contact 013 52 19 100
- **Mevrouw S. Kievit**
Bestseweg 36,
5688 NP Oirschot
Tel. 0499 750 700 ■

Paastiramisu met bokkenpootjes

Door Simon van der Steen

Ingrediënten

- 150 ml slagroom
- 250 gram mascarpone
- 50 gram poedersuiker
- 1 kopje koffie afgekoeld
- 100 gram bokkenpootjes gehalveerd
- 20 melk-Praliné paaseitjes gehalveerd
- 2 el cacao-poeder

Super lekkere en feestelijke paastiramisu met bokkenpootjes. En paaseitjes on top met cacao. Smullen!

Vorbereidingstijd: 30 minuten
Bereidingstijd: 60 minuten
Porties: 6 personen

Benodigheden

- schaal van 20x15 cm

Bereiding

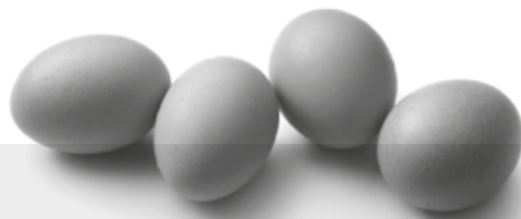
Klop de slagroom stijf met een mixer of keukenmachine. Roer de mascarpone los en spatel hierna de mascarpone en poedersuiker door de slagroom. Verdeel de gehalveerde bokkenpootjes over de bodem van de schaal, zorg dat de hele bodem bedekt is. Besprenkel de koekjes met afgekoelde koffie. Doe dit bijvoorbeeld met lepeltje, zodat de koekjes niet te nat worden. Verdeel hierover het slagroom-mascarpone-mengsel. Zet de schaal minimaal 1 uur in de koelkast om op te stijven.



Verdeel vlak voor het serveren de gehalveerde paaseitjes over de tiramisu. Bestrooi de paastiramisu met cacao. Verkruimel eventueel nog een koekje en verdeel dit ook over de paastiramisu. ■



Wacht niet op de mooiste dag van je leven, maar haal mooie dingen uit elke dag.



Lantaarntje

Door Henk van de Wal

Lieve mensen,
“Wacht niet op de mooiste dag van je leven, maar haal mooie dingen uit elke dag”
Elke dag zijn er weer van die mooie mensen, mooie momenten, een mooie natuur ...
Elke dag kun je een ander een mooi moment bezorgen: een glimlach doet wonderen. ■

Onze Lieve Vrouw van de Heilige Eik

Door Piet van den Akker

'Het is traditie dat in de maand mei, Maria, de moeder van God, bijzonder wordt vereerd. Zo ook bij ons in Oirschot en o.a. op een hele mooie plaats, namelijk bij de kapel van de Heilige Eik, middenin de natuur.'

'U moet van mij geen uitgewerkte geschiedschrijving verwachten, maar het is misschien wel aardig om juist in deze "Mariamaand" in een beknopt overzicht iets te vertellen over de historie.

Het is juni 1406 als een paar herders bij het riviertje 'de Beerze', toen nog 'de Aa' genoemd hun wonderlijke ontdekking doen.

Een houten Mariabeeldje komt stroomopwaarts gedreven. De herders zien meteen de miraculeuze werking hiervan in en hebben het beeld uit het water gehaald en in een holle eikenboom gezet en eerden het als zijnde de Heilige moeder Gods.

Enkele inwoners van o.a. de Beerzen waren al gauw op de hoogte hiervan en namen het beeld meen naar hun kerk. Maar tot driemaal keerde het volgens de legende op eigen kracht terug naar de vindplaats. Dit was een teken dat Maria op deze plaats vereerd wilde worden.

De godsvrucht nam toe en er vonden op deze bevoorrechte plek wonderlijke genezingen plaats. Zieken werden vrij van koorts en het water van de Beerze bezat de kracht om oogziekten te genezen.

Dat Maria al ver voor 1400 vereerd werd



moge blijken uit het feit dat het kerkje aan het Vrijthof toen al de naam van Maria droeg. Men heeft ook het beeld overgebracht naar deze kleine kerk.

Een jaar nadat men begonnen was met de bouw van de Sint-Pieterkerk (1462) werd er in de Mariakerk het gilde "Onze Lieve Vrouwe broederschap" opgericht. Ook in die tijd werden er veel H. Missen opgedragen ter ere van Maria. Inwoners van Oirschot-Spoordonk en de Beerzen bleven de bijzondere plaats en eikenboom bezoeken en ging er bidden en men hief lofzangen aan.

Pelgrims vonden daar kracht en genezing en bouwden een eenvoudige kapel van hout en plaggen, waarin een replica van het wonderbeeld werd geplaatst. Men trok in processie naar het kapelletje en al in het jaar 1472 werd dit een traditie genoemd.

In 1482 was de Petruskerk gebruiksklaar en daags voor het feest van Johannes de Doper (24 juni) heeft men het wonderbeeld teruggebracht. Van hieruit trok men op den 24e juni te voet in plechtige processie naar de Heilige Eik. Het beeld werd gedragen door het gilde.

Het was voor de rooms-katholieken een

Een beknopt overzicht van de historie.

zeer moeizame tijd, het kapelletje is toen vele malen vernield door andersdenkenden.

Pelgrims gaven niet op en nadat Petrus Vladeraccus (pastoor te Oirschot) een onderzoek had laten instellen naar genezingen van kanunnik Jan Daems van Nunen werd er een stenen kapel gebouwd.

Kanunnik Daems schonk uit dankbaarheid een bedrag van 400 guldens, om het dat met pannen te dekken.

In 1649 echter werd de kapel weer met de grond gelijk gemaakt en de eikenboom omgehakt.

Het wonderbeeld van Maria is toen uit voorzorg 'n tijd ondergebracht in 's-Hertogenbosch, bang als men was voor vernieling of diefstal.

'n Tijd later is het beeld teruggeplaatst in de kerk. In 1853 kwam pastoor Petrus de Bont in Oirschot en hij durfde het aan

om de Mariaverering weer te stimuleren. Er werd een stenen kapel gebouwd op de fundering van de vorige.

In 1904 is de kapel vergroot en verfraaid met het puin van de deels ingestorte toren van de Sint-Petruskerk.

In 1906 werd het 500-jaar bestaan gevierd tijdens de verbouwing die in 1907 klaar was. Het karwei kostte destijds 120 guldens en door de Oirschotse bevolking is toen 750 guldens geschonken.

In 1973 werd door het "Onze Lieve Vrouwe-gilde" de processie hervat zoals die voor 1648 traditie was.

In 1980 heeft men besloten om deze toch te lange voettocht niet langer voort te zetten. Van toen af aan verzamelen de deelnemers zich bij het punt Groenewoud-Hakkelaren, om van daaruit in processie naar de kapel te trekken. Daar vindt dan de Eucharistieviering plaats om Marie te eren en te bedanken voor verkrijgen gunsten.' ■

Advertentie

Alle informatie over wonen, zorg en welzijn op één plek

Er zijn veel voorzieningen en mogelijkheden op het gebied van wonen, zorg en welzijn bij het ouder worden. Het kan best lastig zijn om uw weg hierin te vinden. Daarom is er SeniorenPunt Oirschot. Wij bieden persoonlijke hulp, advies en informatie over wonen, zorg en welzijn.

Dus bent u nieuwsgierig naar welke seniorenwoningen er zijn in Oirschot? Of zoekt u ondersteuning bij u thuis? Heeft u hulp nodig bij het aanvragen van een zorgindicatie? Onze adviseurs zoeken samen met u een passende oplossing voor uw woon- en zorgvragen. En mocht het nodig zijn, verwijzen we u door naar een van onze partners. Zo komt u direct bij de juiste organisatie terecht.

Loop eens binnen of maak een afspraak. We helpen u graag onder het genot van een kopje koffie.



**Senioren
Punt**
Voor wonen, zorg en welzijn

We zijn open op

Dinsdag- en vrijdagochtend van 9.00 tot 12.00 uur

Hier vindt u ons

SeniorenPunt Oirschot (in De Stoelendans)
De Loop 67, Oirschot
0499 - 79 19 79
info@seniorenpuntoirschot.nl
www.seniorenpuntoirschot.nl



De Maaltijdservice SINDS 1972
LEKKERE EN GEZONDE MAALTIJDEN AAN HUIS

WARM EN KOUD

Verse maaltijden aan huis

 Boodschappen

Gratis bezorging door vrijwilligers

Tijd voor een praatje

Laagste prijsgarantie

Proeven is geloven!

Wilt u zeker weten dat onze maaltijden echt lekker zijn? Bestel dan geheel vrijblijvend en gratis een proefmaaltijd!

Bel voor meer informatie naar:
☎ 085 902 26 66

www.demaaltijdservice.nl
info@demaaltijdservice.nl

Eten wat de pot schaft voor 65+

Omdat samen eten gezelliger is. Met andere 65-plussers combineert u het eten van een gezonde maaltijd met een gezellig praatje tijdens het eten. Wij serveren de maaltijd om 12.30 uur 's middags.

Elke dag: driegangen menu voor € 12,70
Een verrassingsmenu van soep, een hoofgerecht en een toetje.

Aanmelden?

- Maandag tot en met vrijdag:
op dezelfde dag voor 9.00 uur 's morgens
- Zaterdag, zondag en feestdagen:
op de vrijdag ervoor, voor 12.00 uur

Bel naar de receptie om aan te melden (0499 36 59 59)

Amaliazorg Kempenhaeve
Koestraat 37, Oirschot
www.amaliazorg.nl

 zorg welzijn wonen




 **Gebitsprothese Best**

Gebitsprothese nodig of uw huidige gebitsprothese niet naar wens? Wij helpen u graag

Wij zijn gespecialiseerd in:

- Het aanmeten van gebitsprotheses
- Klikgebit
- Partiël protheses
- Opvullen van de prothese (rebase)
- Reparaties (op afspraak; klaar terwijl u wacht)

Voor openingstijden kijk op onze website:
www.gebitsprothesebest.nl

Vijverweg 4, 5683CX, Best
Tel: 0499 23 80 23 - Email: info@gebitsprothesebest.nl




d CROON
v HEERBEEK
DRUKKERS SINDS 1904

“Bij De Croon maken we uw drukwerk nog mooier”

DE CROON VAN HEERBEEK BV
Den Heuvel 20 • 5688 EM Oirschot • 0499 57 12 78
info@decroon.nl • www.decroon.nl

“Lekker dichtbij, wel zo makkelijk”

Orchideeën Hoeve in kerstsfeer ... een winterdroom

Door de reisorganisatie

'We hebben als reisorganisatie het idee om een dagtocht te organiseren op 10 december van dit jaar, naar de orchideeënhoeve in Luttelgeest.'

*Heeft u
interesse?
Laat het
Marianne
weten.*

Ons lijkt het een gezellig uitje maar daarvoor zijn wij genoodzaakt kaartjes te bestellen en een bus te reserveren.

Dit omdat het maar een aantal dagen aangeboden wordt in deze sferen. Daarom moeten wij weten of hiervoor interesse is.



Informatie over dagtocht:

- 10.30 uur: vertrek uit Oirschot
- 12.30 uur: warme lunch (soep - hoofdgerecht - nagerecht)
drankjes eigen rekening
- 15.00 uur: entree Pantropica (voorheen orchideeënhoeve)
- 17.00 uur: kaarsjesavond (op een gegeven moment gaan de elfjes de kaarsjes/lampjes aanmaken en kunnen we het park bezoeken in kaarslicht)
- 19.00 uur: aanvang terugreis Oirschot
- 21.30 uur: verwacht terug te zijn in Oirschot.

Bij het verlaten van Pantropica ontvangt men nog een jungleboxje met chocolaatjes.

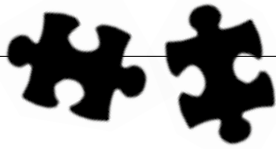
Omdat er een warme lunch is inbegrepen, is er op de terugreis geen stop voor diner. Echter is op de locatie van Pantropica voldoende gelegenheid om wat te eten voordat we huiswaarts gaan. Tijdens de winterdroom is er ook een winterfair.

De prijs voor dit uitstapje is 79,95 euro per persoon.

Bij interesse graag bellen of mailen naar:

Marianne Rutten
telefoonnummer: 06 21 96 12 17
e-mail: mariannerutten@msn.com

Bij voldoende interesse komt in de volgende nieuwsbrief het aanmeldingsformulier te staan.' ■



**U kunt uw oplossing insturen naar e-mailadres info@kbo-oirschot.nl.
U kunt uw oplossing natuurlijk ook inleveren bij D'n Inloop.**

Oplossing:

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---



rangtelwoord	▼	soort	3	stadium	▼	pl. in Overijssel	▼	werelddeel	▼
bioscoop		visgerei	○					gordijnstang	▼
▶		▼				boerengrond	▶		
lidwoord	▶			Spaanse titel	▶				1
binnenkomst				pl. in Gelderland	▼				○
▶	8					scheepstouw	▶		
durf		en dergelijke (afk.) kijvende vrouw	▶		par expresse (afk.) zangstem			groot hert	
▶		▼	getijde	▶	▼	bijbelse vrouw	▶		
			tennis- term			sportploeg			
Europese vrouw	boom	▶		koraal- eiland	▶				geldstraf
	alert			part					
6	▶					aan boord (afk.)	▶		
						rijst- gerecht			
bewijs- stuk	▶				in het jaar				7
onlangs									○
▶			berg- weide	2	larve				
			▼	○	nakome- ling				
schilder- gerei	lage vrouwen- stem	▶				leeg		proef	
	profeet	▼							
9	▶			keur- troepen	▶				
				plechtige gelofte					
pl. in Overijssel	▶						dieren- geluid	4	voor- zetsel
streling							▼	○	▶
▶			zelfzuch- tig mens	▶					
korf	▶		5		vlees- stokje	▶			

Geloof, Hoop en Liefde

DOOR PIET VAN DEN AKKER

De witte kapel daar bij het Groene Woud,
aan de oever van een kleine rivier,
'n Bedevaartplaats, al eeuwen oud,
geloof, hoop en liefde brengt mij hier.
Waar ademloze stilte heerst en rust,
alleen wat vogels hoor je zingen,
Hier kan ik bidden, heel bewust,
Maria danken voor haar zegeningen.

Geen plaats is zo sereen,
geen beeld aan Haar gelijk,
Voor mij is er maar één,
Moeder Maria, O.L. Vrouw van de Heilige Eik.

