

inhoud

- 2/ Overleden leden
- 2/ Gedicht *Kerstgedachten*
- 3/ Activiteiten *december 2024*
- 4/ Verslag *85+ lunch in 't Zand*
- 4/ *Dementie* door een *VR-bril*
- 5/ Bijeenkomsten
Digitale nalatenschap
- 6/ *Kerst* een moment van vrede
in oorlogstijd
- 6/ Gevonden *Sleutel*
- 7/ *Drieka Oppers-van Esch*
- 7/ *Senioren gym*
- 8/ Orskot vruuger *Pudding*
- 8/ Gedicht *Pittig*
- 9/ "*Vakantie*" in Rusland, deel 2
- 10/ *Fietsen* met Oirschot Vitaal
- 11/ Recept *Romig dessert
met Bastogne en kersen*
- 11/ *Taalcoach gezocht*
- 12/ Senioren *Bingo* Wintereditie
- 12/ *Inloopmiddag*
Hart van Spoorдонк
- 13/ *Zorggeschikte woning*
- 14/ *Belastingformulieren*
- 16/ *Puzzel*
- 16/ Gedicht *Een standje*



Van onze voorzitter

Het "Vliegwiel"

'Wordt u het nieuwe vliegwiel van onze organisatie? Nu de algemene ledenvergadering van onze ouderenvereniging Oirschot Vitaal met rasse schreden nadert, ga ik na ongeveer 12,5 jaar aan het roer gestaan te hebben van deze mooie vereniging mijn taak overgeven aan een opvolger waar wij nu naar op zoek zijn.'

Door Jan van de Schoot



'V'anaf begin 2013 ben ik betrokken geweest bij ouderenvereniging KBO-Oirschot die intussen van naam is gewijzigd in Seniorenvereniging Oirschot Vitaal waarvan meer dan jaar jaar als uw voorzitter. Gedurende deze tijd heb ik me dienstbaar gemaakt voor onze huidige ca. 1.150 leden als een "Vliegwiel", dus zie het als een **verbinder, aanspreekpunt en zorgdrager** voor een **stabiele en zorgzame vereniging.** »

JAARGANG 22
NR. 12 - 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@oirschot-vitaal.org

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 de ledenadministratie van onze vereniging. Deze is bereikbaar via mail ledenadministratie@oirschot-vitaal.org of kijk op onze website www.oirschot-vitaal.org

OIRSCHOT VITAAL

De Vier Uitersten 17
5688 BN Oirschot

Bankrekening:

NL19 RABO 0133 8733 90
KVK Eindhoven: 40238321

Secretariaat/beheerder:

Leo van Loon
secretaris@oirschot-vitaal.org
06 36 48 13 54

Niets uit deze uitgave mag worden veeleenvoudigd 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.OIRSCHOT-VITAAL.ORG

vervolg

Van onze voorzitter

Nu ik al een tijdvak over mijn toegestane voorzitterschapstermijn heen ben is het tijd om als vereniging op zoek te gaan naar een waardige en tegelijk kundige vertegenwoordiger van onze vereniging.

Wat zoeken wij?

Een persoon M/V die naast een "Mensen Mens" zijnde, ook de capaciteit bezit om naast een goede integere bestuurder te zijn, ook een representatieve vertegenwoordiger kan zijn naar (hoofd) bestuurders van andere verenigingen en gemeentelijke overheden.

Daarbij is hij/zij als "Vliegwieltje" de kartrekker en gezicht van onze vereniging bij verenigingsactiviteiten en andere openbare gelegenheden waarbij het bestuur of een afgevaardigde van ons bestuur geacht wordt aanwezig te zijn.

Spreekt dit alles u aan ?

Dan komen wij als bestuur graag in contact met u! U kunt zich aanmelden bij onze bestuursleden. Wij zijn in afwachting van uw reactie,

*Namens het bestuur van Oirschot Vitaal,
Jan van de Schoot, voorzitter' ■*

Overleden leden van Oirschot Vitaal

Wij gedenken hierbij de overleden leden van de afgelopen maand:

- Zuster Renildis, Franciscanes,
- mevr. Drieka Oppers-van Esch.

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. ■



Kerstgedachten

DOOR PIET VAN DEN AKKER

Deze keer doe ik een wens,
niet alleen voor deze tijd,
niet alleen voor de Decembermaand,
nee, ik doe hem voor altijd.
Ik wens dat alle mensen,
groot en zeker ook klein,
een fijn leven kunnen leiden,
en dat iedereen gelukkig mag zijn.
Dat eenzaamheid wordt aangepakt,
dat we vaker denken aan elkaar,
en niet alleen maar met de Kerst,
maar gewoon het hele jaar.
De kerstboom is versierd,
de kaarsjes gaan weer aan,
nog heel eventjes geduld,
Kerstmis komt eraan.
Maar eerst nog de donkere dagen,
en die zijn vaak minder fijn,
dus laten we dan proberen,
om een lichtje voor elkaar te zijn.
Een lichtje dat zal schijnen,
als het even niet lukken wil,
Soms maakt dat voor een ander,
net dat kleine beetje verschil.
En het zou nog mooier zijn,
wanneer dat lichtje ook blijft schijnen,
als de donkere dagen voorbij gaan,
en de Kerstdagen weer verdwijnen.
En moge 2025 zonder verdriet en tegenslag
Gevuld zijn met liefde, en een gulle lach...

december 2024



maandag 2 dec

biljart	hele dag
wandelen 5 km	09.15
wandelen 10 km	09.00
kaarten	13.30-16.00

dinsdag 3 dec

biljart	hele dag
jeu de boules	hele dag
fotogroep Oirschot	19.15-21.30

woensdag 4 dec

biljart	hele dag
gym 2 groepen	09.00-12.00
wandelen 5 km	09.30
wandellen 10 km	08.45
kienen	13.30-16.00

donderdag 5 dec

biljart	hele dag
breiclub	09.30-11.30
kaarten	13.00-16.00

vrijdag 6 dec

biljart	hele dag
wandelen (Nordic)	09.00
koersbal	09.30
bridge	13.00

maandag 9 dec

biljart	hele dag
wandelen 5 km	09.15
wandelen 10 km	09.00
kaarten	13.30-16.00
cursus Photoshop	19.15-21.30

dinsdag 10 dec

biljart	hele dag
jeu de boules	hele dag
handwerkclubje	13.30-16.00

woensdag 11 dec

biljart	hele dag
gym 2 groepen	09.00-12.00
wandelen 5 km	09.30
wandellen 10 km	08.45
kaarten	13.30-16.00

donderdag 12 dec

biljart	hele dag
breiclub	09.30-11.30
Kerstbrunch	12.00-16.00

vrijdag 13 dec

biljart	hele dag
wandelen (Nordic)	09.00
koersbal	09.30
bridge	13.00
fotoclub OV	09.15-11.30

maandag 16 dec

biljart	hele dag
wandelen 5 km	09.15
wandelen 10 km	09.00
kaarten	13.30-16.00

dinsdag 17 dec

biljart	hele dag
jeu de boules	hele dag
fotogroep Oirschot	19.15-21.30

woensdag 18 dec

biljart	hele dag
gym 2 groepen	09.00-12.00
wandelen 5 km	09.30
wandellen 10 km	08.45
kienen	13.30-16.00
keezen	13.30-16.00

donderdag 19 dec

biljart	hele dag
breiclub	09.30-11.30
kaarten	13.00-16.00
bingo Winterparadijs	

vrijdag 20 dec

biljart	hele dag
wandelen (Nordic)	09.00
koersbal	09.30
bridge	13.00
Leeskring	09.15-11.30

maandag 23 dec

biljart	hele dag
wandelen 5 km	09.15
wandelen 10 km	09.00
kaarten	13.30-16.00

dinsdag 24 dec

biljart	hele dag
jeu de boules	hele dag

woensdag 25 dec

1e Kerstdag

donderdag 26 dec

2e Kerstdag

vrijdag 27 dec

biljart	hele dag
wandelen (Nordic)	09.00
koersbal	09.30
bridge	13.00

maandag 30 dec

biljart	hele dag
wandelen 5 km	09.15
wandelen 10 km	09.00
kaarten	13.30-16.00

dinsdag 31 dec

biljart	hele dag
jeu de boules	hele dag

85+ lunch in 't Zand

'Door velen werd er verlangend naar uitgekeken. Weer eens gezellig bijkletsen met leeftijdsgenoten. Op donderdag 7 november was er weer de lunch voor leden die een gezegende leeftijd van minimaal 85 jaar hebben.

Door Simon van der Steen



We hadden zich voor deze dag ca. 230 leden uitgenodigd. We verwachtten niet dat iedereen zou komen, maar we waren toch blij dat 102 mensen zich voor de lunch hadden aangemeld.

Alhoewel de lunch pas om 12.00 uur zou beginnen, kwamen de eersten al rond 11.00 binnen. Waarschijnlijk om een goede plaats te bemachtigen of om zeker te zijn dat ze naast vrienden of kennissen konden plaatsnemen.

Rond 11.30 uur waren de meesten aanwezig en begonnen we met koffie/thee en om 12.00 uur werd de lunch geopend door plaatsvervangend voorzitter Mildred Zijlstra. Er werd even stil gestaan bij de overleden leden van Oirschot Vitaal. Hierna werd een heerlijke lunch geserveerd, waarbij natuurlijk de bekende kop soep en kroket niet ontbraken. Je kon merken dat iedereen het naar zijn/haar zin had. Er werd heerlijk gesmuld.

Na de broodlunch was een korte pauze waarin mooie prijzen werden verloot onder de aanwezigen. Daarna kwam, zoals gebruikelijk, de ijskar nog langs voor een heerlijk ijsje dat iedereen zich ook goed liet smaken.

Rond de klok van 14.30 werd de middag afgesloten door Mildred en bedankte ze iedereen voor zijn/haar aanwezigheid. Het was een gezellige middag geweest die door iedereen werd gewaardeerd, wat bleek uit de vele reacties aan het bestuur en activiteitengroep van Oirschot Vitaal.' ■

Meer begrip voor dementie door een VR-bril

'Into D'mentia heeft een VR-beleving ontwikkeld waarmee je het leven even ervaart door de ogen van een persoon met beginnende dementie.'

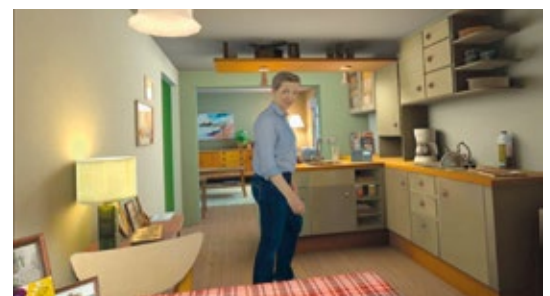
Door Simon van der Steen



Uit ervaring is gebleken dat deze beleving het inlevingsvermogen vergroot en meer inzicht geeft in de juiste omgang met mensen met dementie.

Een aanrader!

De VR-beleving zelf duurt zo'n 20 minuten en inclusief



uitleg en nagesprek één uur. En wordt gratis aangeboden voor geïnteresseerde Oirschottenaren in Sint Joris (Sint Jorisstraat 1, Oirschot).

Wil je dit ook (gratis) ervaren?

Meld je dan nu aan bij het servicepunt van Joris Zorg via tel. 0499 57 21 24

(bereikbaar op werkdagen van 08.15 - 16.45 uur) of mail naar servicepunt@joriszorg.nl Samen zorgen we voor een dementievriendelijke samenleving.' ■



Bijeenkomsten Digitale nalatenschap



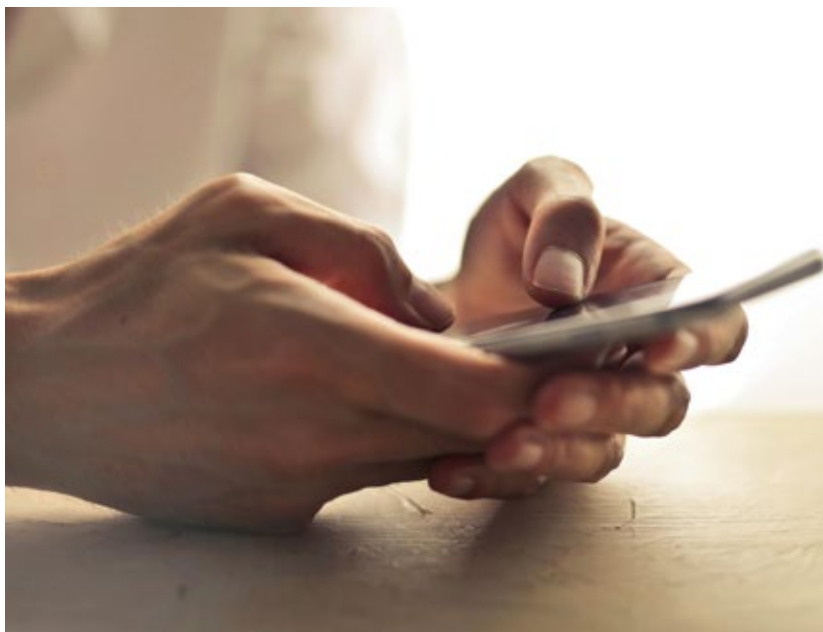
'Iedereen heeft digitale bezittingen. Mensen bellen, betalen, mailen en leven via hun digitale apparaten. Maar wat als iemand (plotseling) overlijdt?'

Door **WIJzer**

'Hoe kom je als nabestaande dan bij belangrijke bestanden met emotionele of zelfs financiële waarde als je geen wachtwoord of code hebt? Kun je met de vinger van een overledene een telefoon ontgrendelen? En hoe wordt identiteitsfraude voorkomen met gegevens van iemand die is overleden? Sander van der Meer van Digital Life Legacy komt hier meer over vertellen.

Digital Life Legacy is hét Nederlands kennis- en expertisecentrum op het gebied van de digitale nalatenschap, online erfenis en dierbare data. Hiermee ondersteunen zij uitvaartondernemers, notariaat, (na)zorg-professionals en uiteraard nabestaanden.

*Lezing op
dinsdag
14 januari
19.30 uur.*



In een levendige presentatie waar emotie en humor elkaar afwisselen geeft Sander voorbeelden en praktische tips die je nu al aan het denken zetten maar vooral bewustwording creëren. Tijdens de presentatie is het zelfs mogelijk een bitcoin te winnen!

Daarnaast ontvangen bezoekers een brochure met handige tips.

Vervolgens vindt twee weken later een vervolgbijeenkomst plaats waarin Berdien van de Ven (Berdien Uitvaartbegeleiding) en Maartje Heusschen (Bibliotheek De Kempen) praktische tips en inzichten geven om aan de slag te gaan met (de voorbereiding van) je digitale nalatenschap. Je kunt deze vervolgbijeenkomst prima volgen als je niet bij de lezing van Digital Life Legacy aanwezig bent (geweest)!

De lezing met Sander van der Meer van Digital Life Legacy vindt plaats op dinsdag 14 januari om 19.30 uur in De Stoelendans in Oirschot.

De vervolgbijeenkomst met praktische tips en inzichten vindt plaats op dinsdag 28 januari om 19.30 uur.

Noteer deze data alvast; verdere informatie volgt binnenkort (o.a. via de website van Bibliotheek De Kempen: www.bibliotheekdekempen.nl)

Deze bijeenkomsten worden georganiseerd met Berdien Uitvaartbegeleiding, WIJzer Oirschot en Bibliotheek De Kempen.' ■

Kerst: een moment van vrede in oorlogstijd



'Tijdens de Eerste Wereldoorlog lagen de Engelse en Duitse soldaten ingegraven in stellingen onbeweeglijk tegenover elkaar. Zo ook tijdens Kerst. Uitgeput en tegen alle verwachting in, omdat de oorlog toch voor Kerst afgelopen zou zijn!'

Door Simon van der Steen met akkoord van auteur

'Maar in de vroege ochtend van 24 december 1914 gebeurde er iets bijzonders.

Plotseling klonk er een stem van een Duitse soldaat. Hij riep de Engelsen op om samen met hen Kerstliederen te komen zingen. Verbroederd kwamen de Engelse en Duitse soldaten zingend uit de loopgraven: Stille Nacht, Heilige Nacht. Een moment van vrede in oorlogstijd...



Vredig Nederland lijkt zich in alle rust op te maken voor Kerst. Voor velen is het een periode om naar uit te kijken: het Kerstfeest, kerstvakantie en de ontmoetingen met elkaar als familie. Het Kerstfeest is een belangrijk moment

om het kerstevangelie te overdenken. Daarnaast is in de loop der jaren de periode rond Kerst tevens een moment van ontmoeting geworden, waarop familieleden bij elkaar komen om in harmonie en gezelligheid een kerstdiner te gebruiken.

In de praktijk ziet men echter dat dit helaas niet altijd een harmonieus en gezellig moment hoeft te zijn. Integendeel. Soms is het ook in families 'oorlogstijd'. Families komen allang niet meer samen of ontlopen elkaar vanwege spanningen, hoogopgelopen meningsverschillen of zelfs pijnlijke familievetes. Een pijnlijke situatie die juist in een periode rond Kerst opnieuw wordt gevoeld.

Tegelijkertijd kan de periode rond Kerst te denken geven. Het kan namelijk zo anders. Maar het begint wel met het onder ogen durven zien van de situatie en het gesprek over het meningsverschil met elkaar durven aan te gaan. Om te gaan voor vrede in 'oorlogstijd'!

Het bestuur van Oirschot Vitaal wenst u allen een vredige Kerst 2024' ■

Gevonden

*Door
Leo van Loon*



'Afgelopen week (4 t/m 10 november) is er in de Loop in de buurt van de Bibliotheek / WIJzer een sleutel met sleutelhanger gevonden. De sleutelhanger is van Oirschot Vitaal echter de sleutel is niet van ons. De eigenaar kan de sleutel halen in ons pand aan de Vier Uitersten 17' ■

In gesprek met

'In gesprek met was helaas niet meer mogelijk i.v.m. het overlijden van Drieka Oppers-van Esch op 92-jarige leeftijd.'

Door Mari van de Ven



Een talentvolle vrouw, moeder en oma heeft met haar talenten een zeer zinvol leven voltooid.

'Echter na overleg met haar dochter vond deze het ook een prima idee om uit de pennenvruchten die zij ons achterlaat een gedicht te halen (uit 2008) wat op deze tijd nog steeds zeer actueel is en passend in de maand december.

Drieka heeft vele gedichten en verhalen in haar leven voorgedragen en vastgelegd in bundels en ik zal in overleg met de familie hier nog regelmatig uit putten. Een talentvolle vrouw, moeder en oma heeft met haar talenten een zeer zinvol leven voltooid, Drieka bedankt voor jouw positieve bijdrage.' ■



Kerstmis

DOOR DRIEKA OPPERS-VAN ESCH

't Is advent voor dat de Sint arriveert
Maar zodra die naar Spanje is
teruggekeerd
Komt het kerstgevoel in ons gedachten
En het Kerstkind wat we elk jaar
verwachten.

De werkgroepen hebben alles klaar
Want voor je het weet, is Kerstmis daar.
Het Sinterklaasfeest wordt bijna verknald
Omdat de winkels alles hebben uitgestald.

De slingers - ballen - sterren en guirlandes
En elk jaar de kleur anders.
Bruin en zwart - wit is nu actueel
Er ligt van alles veel te veel.

Veel kerstverlichting ook op straat
Maar is het dat nu waar het om gaat?
't Is oorlog hier en economische crisis daar
Hele volkeren in gevaar
Armoede die er is en grote nood
Geen luxe, zelfs geen droog brood.
Wij kunnen het ons amper voorstellen
Maar horen het hier en daar vertellen.

Mensen die hopen op beteren tijen
Geen weet hebben van luxe snuisterijen,
Maar elke dag ondervinden aan den lijven
Dat het zo niet langer kan blijven.

Wij leven op afstand met hen mede
En bidden ook voor hen om vrede.
Dat hun de hoop niet word ontnomen
En het Kerstkind ook voor hen mag komen.

Voor bekende en voor vreemden
daklozen en ontheemden.
Van huidskleur blank of zwart
Mogen er vrede komen in hun hart.

Brengen wij vrede in eigen kring
In onze directe omgeving.
Elke ruzie moet worden opgelost
Zelfs als het je wat moeite kost

Vrede : Wij smeken hierom al menig jaar
Maar wie maakt het nou eens waar?
Blijf hiervoor niet koud en kil
Laten wij allen zijn van goede wil.

Dan kunnen wij zeggen, voor straks en nu
Lieve mensen "VREDE ZIJT MET U"

Seniorengym

'Oirschot Vitaal is voornemens om een 3e gymgroep op te richten en wel voor woensdagmiddag van 13.00-14.00 uur.'

Door Leo van Loon

'Indien u zich hiervoor aanmeldt, stuur dan een e-mail aan secretaris@Oirschot-Vitaal.org. Wij zullen u verder informeren zodra we groep van ca. 8 personen hebben die deel wil nemen.' ■



Pudding

'In mijn jonge jaren had niemand een koelkast. Voor verse producten moest je elke dag naar de winkel, of het kwam uit eigen tuin. Ons moeder was er veel tijd mee kwijt. Aardappels wassen, ontpitten en schillen, boontjes haren en snijden, de soep stond uren te pruttelen.'

Door Ad van Zelst

Ik blijf het pudding noemen.

'Melkboer Marte Biggel (van de Biggelaar) ging de deuren langs. Er stond dan een pan klaar, die gevuld werd uit de melkbussen op de paardenkar. De kosten werden "opgeschreven" en één keer per week afgerekend. Ging toen allemaal nog contant en in goed vertrouwen.

De dagelijkse hap bestond uit soep, aardappelen, groenten en een stuk vlees. En elke vrijdag vis, want dan mocht je geen vlees eten van de pastoor. Visboer Harrie Hakke (van Nunen) vond dat



ook prima. Af en toe was er een pan vanillepudding na. Daar lag een dik vel op en daar werd om gevochten. Het werd in tweeën gedeeld en dan waren er alvast twee tevreden. De derde mocht de pan uitschrapen, mijn zus lustte geen vel en wie overbleef was de volgende keer als eerste aan de beurt. Soms kregen we chocoladepudding, dat was helemaal een feest. Het hoogtepunt van het jaar kwam met Kerstmis: citroenpudding! Tegenwoordig heet dat bavarois of mousse, of weet ik veel. Maar ik blijf het pudding noemen.

Hier moest ik aan denken toen ik laatst bij de Jumbo voor de koeling met duizend verschillende toetjes stond.' ■

Pittig!

DOOR MILDRED ZIJSTRA

Ze was twee en een half jaar en kon zich al zeer goed uitdrukken en wist ook met haar priemoogjes mensen aan zich te binden. Soms, op een zondag ging ze met haar ouders op bezoek bij haar grootouders. Daar moesten ze dan best ver voor rijden. Ze werd altijd wat misselijk in de auto en heel soms moest ze ook overgeven.

Deze keer ging het echt goed. Ze was niet misselijk, nee ze zat nog vol mooie gedachten over de sprookjes die mamma haar had verteld de afgelopen dagen. Toen ze bij opa en oma aangekomen waren, was ze blij. Oma was lief en opa heel grappig. Ze hadden bezoek en dat vond ze minder prettig en oma stelde die Mijnheer en

Mevrouw voor aan mamma en pappa. En over mij zei ze: Dit is mijn kleindochter! Ze is lief en slim en pittig... Dat zijn vast alle kleinkinderen van opa's en oma's, dacht ze nog even.

Die mijnheer was aardig. Hij heette 'de dominee'. En die mevrouw had vast geen naam. Zij heette alleen 'mevrouw'. Ze had een streng gezicht en een hele grote neus! Zo'n spitse. Ze moest er steeds naar kijken... Opa had óók zo'n grote neus, maar daar was ze aan gewend. Ze zat bij mamma op schoot en moest steeds naar die neus van die mevrouw van de dominee kijken! Mamma zag dat en oma ook een beetje. Mamma probeerde haar af te leiden. Dat lukte niet echt.. Ze was totaal gebiologeerd door die grote neus. Ze ging wat verzitten en wilde iets tegen die mevrouw zeggen.. Toen hield mamma haar hand voor haar mond. Dat deed ze nóóit. Echt nooit.. >>

Mamma was altijd trots op haar als ze iets zei. Oma stond naast mamma en bijna voor die mevrouw.

Toen zei ze het tóch! Het móést! Het was toch ook zo. Ze had het sprookje deze week nog gehoord. Toen kwam het eruit! “U bent net een heks” zei ze met luide stem, het moest eruit! Iedereen werd stil in de kamer. Oma kwam vlug naar voren gelopen en zei toen snel, om de ongemakkelijke sfeer wat te

redden: “Ach ze weet niet wat ze zegt..”, ze zit zo in de sprookjes periode! De mevrouw van de dominee keek toch heel verschrikt ondanks de reddende woorden van oma. Toen zei ze...en ze móést het echt zeggen: “Ze is er ook geen, maar ze lijkt er alleen maar op!” “Wat een pittig kind hè” zei oma met een besmukte glimlach. “Ja” zei de mevrouw van de dominee en haar gezicht stond niet zo vriendelijk.. “Echt, héél pittig!” ■

“Vakantie” in Rusland, juli 1993 deel 2

‘In deel 1 zijn we aangekomen in het gehucht Ust Koksa in de Altai, gelegen bij het drielandenpunt Rusland, Mongolië en Kazachstan (en een klein beetje China).’

Door Herman Slegt



We krijgen de indruk dat dit gebied uitermate geschikt is om onder de radar te blijven.



‘D’ e nacht brengen we door op onze zelfopblaasbare matjes op de vloer van de huisjes. De volgende dag brengt het vrachtwagentje met daarop de portocabin ons dieper het gebied in.

Onze gidsen zijn studenten kernfysica uit Moskou en behoren bij de organisatie Pactour. Een van hen spreekt goed Engels. Ze sjouwen rugzakken mee met daarin o.a. grote kookpotten, ander keukengerei, touwen en de voedselvoorraad. Al met al dragen de gidsen/dragers 40 kg. op hun rug, petje af. Er is een oudere gids bij die in de omgeving woont en het gebied beter kent. Hij is afkomstig uit St. Petersburg en hij kan uit ‘veiligheidsoverwegingen’ nooit meer terug. We krijgen de indruk dat dit gebied uitermate geschikt is om onder de radar te blijven.

Onze Nederlandse gids van de reisorganisatie is eigenlijk schilder van beroep en heet Henk, Hij is Hare Krishna en heet nu geen Henk meer. Het jaar daarvoor heeft hij deze tocht ook begeleid en is toen bijna verdronken tijdens het raften. Dat gaan we tijdens de tocht merken.

Hij is angstig bij het zien van een wild stromende rivier en die zijn daar heel veel. Hij draagt niets bij aan de (bege)leiding. We steken diverse rivieren en stroompjes over. De gidsen proberen ons met gespannen touwen en een soort polsstok (lange tak) droog aan de overkant te krijgen. Dat lukt niet altijd tot grote hilariteit van de droge mensen. Tijdens de middagstop wordt er met dikke takken een stelling gemaakt waaraan een ketel met water boven een vuur heet wordt gestookt. Uit de natuur worden allerlei kruiden en wilde groenten verzameld en in het soepwater gegooid, er ontstaat een soort groentesoep. Een van ons windt zich erg op en beweert dat ze er gewoon gras bijgooien. We zullen tijdens de tocht steeds minder kritisch worden, dat helpt.

De gidsen hebben een grote zak met gedroogd brood in de vorm van brokken bij zich. Ze lijken op hondenbrokken. Die keiharde brokken krijgen we ’s morgens bij de boekweitpap en ’s middags bij de soep. Lang weken is het devies.

We lopen in een gebied waar geen andere dorpen zijn maar wel soms een primitieve hut. Zo’n familie houdt zich o.a. bezig met het fokken van paarden en vissen. Die vissers bewaren hun vangst in de permafrost bodem. We vervolgen ons trekking met de oversteek van een besneeuwde bergketen.

Daarover volgende keer meer.’ ■



Fietsen met Oirschot Vitaal

'Helaas, helaas... het fietsseizoen is weer voorbij. Nadat op vrijdag 18 oktober de laatste fietstocht onder leiding van Jan van Overbeek werd gereden, werd op donderdag 24 oktober het fietsseizoen definitief afgesloten met een relatief kort ritje rond Oirschot onder leiding van Frans Traa. (Wim van Heerebeek was helaas verhinderd).

Door Jan de Vet

Al een beetje gefilosofeerd over het aankomend nieuwe seizoen.

'Na zo'n kleine twee uur fietsen streek het gezelschap volgens traditie neer in de ontmoetingsruimte van D'n Inloop. Onder het genot van een kopje koffie c.q. thee en een lekker plakje cake, dat ons werd aangeboden door het bestuur van Oirschot Vitaal, werd nog gezellig nagepraat en al een beetje gefilosofeerd over het aankomend nieuwe seizoen.

Fietsen is een gezonde, leerzame en ook onderhoudende bezigheid. Zeker als je dat kunt doen in groepsverband. Je leert niet alleen **elkaar** kennen maar

je steekt ook veel **wetenswaardigheden** van elkaar op als het bijvoorbeeld gaat over dingen die je onderweg ziet.

Het is daarmee een aangename sociale bezigheid.

Maar nu wil ik even met jullie doorfilosoferen over het woordje: 'fiets'. Een ietwat eigenaardig woord. Zeker als je het zet naast de hiervoor gebruikelijke woorden in de ons omringende landen, zoals Fahrrad in het Duits, vélo of bicyclette in het Frans, bicycle in het Engels, of bicicleta in het Spaans. Deze woorden lijken geen van alle op ons woordje: 'fiets'. Misschien zou het woordje: 'tweewieler' of eventueel 'rijwiel' beter in dit rijtje passen. Maar hoe zeg je dan: 'we gaan fietsen' als het woordje 'fiets' niet bestaat? Zeg je dan: 'we gaan rijwielen of we gaan wielrijden'? Of nog erger: 'we gaan tweewieleren'? Nee, laten we het toch maar houden bij het ons vertrouwde woord: 'fiets'.

Dan kunnen we gewoon gezellig een eindje gaan **fietsen!** En dat is wat we hopenlijk het komende seizoen met z'n allen weer kunnen gaan doen. Vrijdags met Jan van Overbeek en donderdags met Frans en Wim.

Dank aan de betreffende heren en aan hun lieve echtgenotes voor het feit dat zij deze belangrijke taak vrijwillig op zich nemen.' ■



Romig dessert met Bastogne en kersen

'In veel restaurants staat dit dessert op de kaart. Ik ga je nu vertellen hoe je dit lekkere toetje ook gemakkelijk zelf kunt maken.

Door Simon van der Steen



Hoe maak je het?

- Zeef de kersen en vang het sap op. Verwarm het sap in een pannetje met 2 eetlepels suiker. Los de maïzena op in een eetlepel water en voeg dit toe aan het sap zodra dit zachtjes kookt. Roer goed door en laat de saus indikken.

Wat heb je nodig voor 4 personen

- 8 Bastogne koekjes
- 200 gram Monchou of roomkaas
- 250 ml slagroom
- 4 eetlepels suiker
- 1 eetlepel maïzena
- 350 gram kersen op sap

- 4 glaasjes
- Mixer

Laat deze vervolgens grotendeels afkoelen en voeg dan de kersen weer terug bij de saus.

- Mix de roomkaas met de mixer. Voeg de slagroom en 2 eetlepels suiker toe en mix tot een romig geheel.
- Kruimel de Bastogne koekjes. Verdeel deze over de bodem van de glaasjes maar bewaar een beetje om te garneren. Verdeel de helft van het roommengsel over de koekjes en schep hier wat kersen in saus op. Dek dit weer af met het roommengsel en een laag kersen.
- Garneer het Monchou toetje met wat overgebleven Bastogne koekjes. Laat het toetje nog minimaal een uurtje goed opstijven in de koelkast.
- Je kan dit dessert al daags van te voren maken en bewaren in de koelkast. ■

Taalcoach gezocht!

'Bij WIJzer werken we met taalcoaches. Het taalcoach project is er voor inwoners met een niet-Nederlandse achtergrond (NT2) en inwoners met Nederlands als moedertaal maar daar moeite mee hebben (NT1).'

Door Wijzer

Wat doet een taalcoach?

De taalcoach helpt inwoners met de Nederlandse taal. Hoe de begeleiding eruit gaat zien, mogen de vrijwilliger en inwoner zelf bepalen. Zo kan er samen gesproken worden over moeilijke woorden en begrippen op school/



werk, samen lezen, maar ook gezellig kletsen met een kopje koffie, een stukje wandelen of samen naar de bibliotheek gaan is mogelijk. Samen maken jullie een afspraak op welke dag en welke tijd je bij elkaar komt. Vanuit WIJzer is er materiaal beschikbaar om het oefenen leuker en gemakkelijker te maken.

Wil je iemand helpen als taalcoach?

Neem dan contact op met een van onze medewerkers. Zij bekijken samen met jou wat er mogelijk is. Mail of bel naar WIJzer Oirschot: info@wijzer-oirschot.nl of 0499 33 5 1 42.' ■

Senioren Bingo - Speciale Wintereditie!

Op donderdagmiddag 19 december wordt er een gezellige en feestelijke Senioren Bingo georganiseerd in het sfeervolle paviljoen van Oirschot Winterparadijs, op de Markt in Oirschot! Kom genieten van een middag vol plezier, spanning en gezelligheid van 14.00 tot 17.00 uur.'



De bijzondere winterbingo wordt opgeluisterd door niemand minder dan zangeres Corrie Brusselaers, die zorgt voor muzikale sfeermakers. Maar dat is nog niet alles - er zijn heerlijke prijzen te winnen! Van leuke cadeaus tot mooie verrassingen, dus zorg dat je erbij bent! Iedere deelnemer wordt ontvangen met koffie en gebak en krijgt drie consumptiebonnen voor deze middag. Deelname kost slechts €2,00 per persoon.

Deze speciale winterbingo wordt mogelijk gemaakt door Regiobank Oirschot in samenwerking met Winterparadijs Oirschot.

Kom en beleef een gezellige middag met je vrienden en burens en wie weet ga jij naar huis met een geweldige prijs! We kijken ernaar uit je te verwelkomen in het Winterparadijs!

Mis het niet!

Entree en betaling kan 19 december vanaf 13.30 uur direct bij binnenkomst in het horecapaviljoen. LET OP: er kunnen maximaal 100 personen in het paviljoen dus wie het eerst komt het eerst maakt!

Bij vragen, bel gerust naar Ben Smit 06-52 62 12 81! ■

Inloopmiddag

Iedere eerste donderdag van de maand is er een inloopmiddag in dorps huis Hart van Spoordonk (voormalige Bernadettekerk). Voor iedereen die zin heeft in gezelligheid, ontmoeting, een gesprek, een praatje, samen een spelletje doen ...

Door WIJZER

N.B.: Even opletten, in verband met donderdag 5 december - Sinterklaas is het in december bij uitzondering op vrijdag de 6e!

Dit is een initiatief van bewoners in samenwerking met - de vrijwilligers van de activiteitencommissie van - dorps huis Hart van Spoordonk en medewerkers van WIJzer Oirschot, welzijnswerk.



We willen graag iets betekenen voor dorpsgenoten; op een laagdrempelige manier uitnodigen, voor verbinding, ontmoeting, sociaal contact, gezelligheid, taal oefening, noem maar op.

Vervoer nodig, en is dat niet op een andere manier te regelen? Neem contact op met WIJZER, vrijwilligersvervoer! ■





Wat is een zorggeschikte woning?

‘Op de bewustwordingsbijeenkomsten die ‘Senioren zelf aan zet’ organiseert wordt regelmatig de vaag gesteld wat zorggeschikte woningen nu precies zijn. “Zorggeschikte woningen zijn zelfstandige, rolstoelgeschikte nul-treden-woningen die onderdeel zijn van een geclusterde woonvorm”, legt Peter Weda uit.

Door seniorenvereniging Brabant-Zeeland



‘Peter Weda is procesbegeleider van het project in de provincie Overijssel. “Senioren met een verminderde mobiliteit hebben naast een rollator en ook vaak een rolstoel en daarnaast ook vaak andere hulpmiddelen nodig om zelfstandig te kunnen blijven wonen. Denk daarbij aan toiletbeugels of steunen.”

Veranderingen

“Het ouder worden gaat gepaard met een vermindering van de kwaliteit van de zintuigen, een vermindering van de vitaliteit en een vermindering van de mobiliteit”, vervolgt Weda.

“De zorggeschikte woning voor senioren houdt rekening met deze veranderingen en daagt de senior uit. Dat kan door zintuigen te prikkelen, zoals het zien, ruiken, horen, voelen en proeven.

Dat kan ook door de mogelijkheid te bieden om door sociaal contact met anderen de zin in het leven te beleven. De faciliteiten in de zorggeschikte woning stimuleren het bewegen.”

Goede balans

De zorggeschikte woning heeft een goede balans op het gebied van:

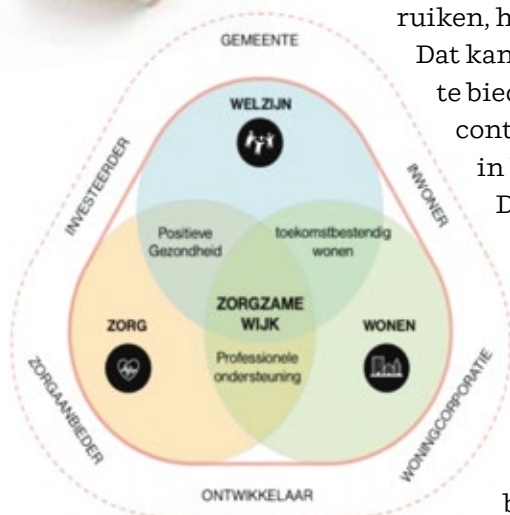
- De locatie met op loopafstand basisvoorzieningen zoals het OV, winkels en horeca;
- De schaalgrootte, het aantal woningen in het gebouw, wordt mede bepaald door de locatie en de lokale behoefte en moet groot genoeg zijn voor collectieve activiteiten en klein genoeg om elkaar te kennen. Schaalgroottes zijn dan 20, 40, 60 of 80 woningen;
- Het gebouw heeft voor ontmoeting minimaal een centrale tuin en een koffieplek;
- De individuele woning is ontworpen om in contact te komen met de ander. Het is ook een plek om in privacy terug te kunnen trekken.

Vrij van drempels

“De toegankelijkheid van de woning begint buiten bij de overgang van de openbare ruimte naar het privéterrein”, vertelt Peter Weda. “Er is ook parkeergelegenheid voor de aangepaste auto of de scootmobiel. De breedte die iemand in een rolstoel nodig heeft om rechtdoor te kunnen rollen is minimaal 90 centimeter. Deze maat bepaalt de minimale breedte van de toegang en bijvoorbeeld de gang. Natuurlijk is de zorggeschikte woning vrij van drempels.

Kostbare verbouwing

Het Nederlands Instituut voor Toegankelijkheid zegt over de zorggeschikte woning het volgende: “Hoewel er in het bouwbesluit het nodige over bepaald is en er door ‘Woonkeur’ aanvullende eisen zijn geformuleerd, blijkt in de praktijk de woning toch vaak niet rolstoeltoegankelijk te zijn, met naderhand kostbare verbouwing, een vertraging in de oplevering ten gevolge en natuurlijk veel teleurstelling bij de (rolstoel) bewoners.” ■





Belastingformulieren invullen

'In goed overleg met Beers Vitaal is het volgende afgesproken: Alleen de mensen die voor de eerste keer de aanmelding IB door onze belastinginvullers verzorgd willen laten worden kunnen zich bij het secretariaat van Oirschot Vitaal melden.'

Door Dick Endevelt



Deze zullen dan nadat ik de gegevens van het secretariaat heb ontvangen door mij en de andere collega's benaderd worden. Tevens informeren wij u dat de mensen die de afgelopen jaren(jaar) al door ons geholpen zijn zich, mits ze geen gebruik meer willen maken van onze diensten, zich niet meer hoeven te melden maar door de belastinginvullers zelf benaderd zullen worden.

Wel zal er begin februari 2025 een 'persbericht' wat door de contactpersoon van Beers Vitaal en mij aangeleverd zal worden in het Week Journaal geplaatst moeten worden, zodat niet-leden van Beers Vitaal en Oirschot Vitaal ook van onze diensten gebruik kunnen maken. ■

Advertentie

Alle informatie over wonen, zorg en welzijn op één plek

Er zijn veel voorzieningen en mogelijkheden die zo lang mogelijk zelfstandig wonen kunnen vergemakkelijken. Het kan echter 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.seniorenpunt.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”

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 Kempenhoeve
Koestraat 37, Oirschot
www.amaliazorg.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



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



GEFELICITEERD

De winnaar van de puzzel uit de Nieuwsbrief van de maand november is: **Arie Okkerse, De Plaatsse 35**
Hij kan het prijsje afhalen bij de Kringloopwinkel.



U kunt uw oplossing insturen naar e-mailadres: info@oirschot-vitaal.org.

U kunt uw oplossing natuurlijk ook inleveren bij D'n Inloop.



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1						e						i		
2														
3														
4	a													
5													b	
6														
7				g				c						
8												h		
9														
10														
11	d													
12										f				

Oplossing:

a	b	c	d	e	f	g	h	i
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Horizontaal:

1 longkwaal; verleidelijke vrouw; bloeiwijze - **2** voldoende gekookt; onderwijzer; deel v.e. trap - **3** grote papegaai; hap; geleedpotig dier; wees gegroet - **4** land binnen het Verenigd Koninkrijk; witkalk; deel v.e. platenspeler - **5** narcose; even tevoren; bevreesd - **6** als onder; morsdoekje; omheining; geurige drank - **7** slokje; broer van Mozes; luxe scheepsreis - **8** gouden tientje; landbouwwerktuig; krantenstalletje; Europees Kampioenschap; grote bijl - **9** einder; tabak; riv. in Italië; zangstem - **10** oppervlaktemaal; peil; dagaanduiding - **11** Spaanse kunstschilder; hevig; huidplooi; over - **12** boomscheut; biet; glazen verpakking; science fiction.

Verticaal:

1 Turks bevelhebber; zuur; aanlegplaats - **2** vrouw van Abraham; één keer; land in het Midden-Oosten - **3** spraak; loofboom; muggenlarve - **4** meester; bakmengsel; uiting van verdriet - **5** Engels bier; deel v.e. wiel; op deze plaats - **6** vuile vlek; wachthuisje; Ned. omroep - **7** dierentuin in Amsterdam; ver naar boven; eigenwaarde - **8** moeder; Europese taal; mestvocht - **9** nagerecht; hartige hap; voederrek - **10** cirkel; schuifbout - **11** vulkaan op Sicilië; defect; woestijnbron - **12** visbeen; leemte; Verenigde Staten - **13** errore excepto; vel; safe - **14** verdriet; spookverschijning; abnormaal. ■



Een standje

DOOR MILDRED ZIJLSTRA

Daar ik misschien was (misschien nog ben) een opgewonden standje
 Kreeg ik, hoewel er niets was aan het handje
 Toch elke keer dat niet verdiende standje
 Zodat ik om het te ontwijken, dat akelig nare handje ...
 Me telkens moest wringen in een echt belachelijk standje