



OMAJJE

SENIORENVERENIGING KBO BEMMEL-DOORNENBURG

HERFST kleuren

**Neighbours
in Doornenburg**

Puzzelpagina

**Ciske de Rat
in drievoud**



Nr.09 november 2024



15.000 m
woonplezier
onder
één dak

Karstraat 95 Huissen
★★★★★ 9.1/10 klantwaardering

Jansen EST. 1966
totaal wonen



OPENINGSTIJDEN:
Ma 13:00 - 17:30 uur
Di - Za 10:00 - 17:30 uur
Zo 12:00 - 17:30 uur

Hulp nodig bij uw aangifte of administratie?

Derksen Financieel. Réken maar!

Ook voor uw Toeslagen, Successie- en Schenkingsadvies. Tegen scherpe tarieven.



Neem vrijblijvend contact op:
0481 - 450552
info@derksenfinancieel.nl
De Pollenbrink 3 Bemmél

Heeft u lang last van:

- pijn
- vermoeidheid
- minder bewegen

en u wilt zich gezonder voelen?

U bent van harte welkom voor een afspraak of tijdens het inloopspreekuur (vrijdagen 13:30 - 14:30)

Hartelijke groet, *Lonneke*
Fysio, wetenschapper, coach

Wijnhoven Fysiocoaching

Begeleiding in Beweging.

Sandershof 2a
6681BT Bemmél
wijnhoven-fysiocoaching.nl
☎ 0481-358804

Wordt lid voor €7⁵⁰p.w. & kies je upgrades

Gezinsleden betalen alleen de upgrades

Tim
UPGRADE
FITNESS
€3 p.w.

Sanne
UPGRADE
ZWEMMEN
€2⁵⁰ p.w.

Tim & Sanne
SPORTEN
SAMEN VOOR
€13 p.w.

Feel Fit Center Bemmél
Van Nispenlaan 2, 6681 CZ Bemmél

Janssen hoorzorg

hoortoestellen gehoorbescherming communicatie

Martijn Janssen, erkend audicien

De Pollenbrink 5 - 6681 JA Bemmél
Telefoon 0481-769 037
E-mail janssenhoorzorg@gmail.com

www.janssenhoorzorg.nl

GIDDING KLEIN BOUW

METSEL- EN TEGELWERK - TIMMERWERK
ONDERHOUD - RENOVATIE
WONINGAANPASSINGEN

T: 0481 465466 M: 06 53630271
www.giddingkleinbouw.nl



ASSENBURG

Veja Bloemen

Markt 51

6681 AG Bemmél

Tel.: 0481-462483

E-mail: info@vejabloemen.nl

KBO NIEUWS

INHOUD

- 1 Van de redactie
- 2 Vanuit de vereniging
Activiteiten
- 3 Van de voorzitter
- 4 In gesprek met
- 6 NOP
- 7 Zij sluit zij
- 8 Laatste ritsel
- 9 Een rooie snuut
- 11 Kasteel Doorwerth
- 12 Kerstkaarten
Vrijwilliger worden bij Tafeltje
Dekje in Bemmel
- 13 Even bijpraten
- 14 Puzzelpagina
- 15 SAB

AGENDA

November

- 06-11 Ontmoetingsdag in
Doornenburg
Aanvang 14.00 uur
- 20-11 Vrijwilligersbijeenkomst
in Doornenburg

December

- 12-12 Kerstviering

Januari

- 11-01 Nieuwjaarsbijeenkomst

Koffieochtenden

- Plaats: foyer De Kinkel
Aanvang 10.30 uur
15-10-2024
19-11-2024



Van de redactie,

Prachtig weer hadden we, begin oktober. Zo mooi; dat we met onze broers- en zussendag, naast de jaarlijkse familiedag een terugkerende activiteit binnen onze familie, een fietstocht met gids hebben gemaakt door de allernieuwste wijk van Nijmegen, Nijmegen Noord. De stedenbouwkundige en planontwikkelaar van de gemeente Nijmegen nam ons mee op en vertelde over de stads- en wijkontwikkeling aan de Nijmeegse kant en aan de Lentse kant van de Waal.

We kwamen op plaatsen waar we geen weet van hadden en hoorden interessante weetjes en feitjes. We eindigden in het informatiecentrum dat staat aan de Griftdijk. Een prachtige maquette met de gerealiseerde gebiedsontwikkelingen en waarin ook aangegeven wordt wat de komende plannen zijn. Er werken daar informatrices die u van alles kunnen vertellen.

Zeker de moeite waard om eens een bezoekje te brengen.

Vorige maand de dag van de Ouderen gevierd, nu staat er een gezellige middag in Doornenburg gepland op 6 november. De middag wordt opgeluisterd door een leuk muzikaal gezelschap, Neighbours, genaamd. En natuurlijk is er onze maandelijkse koffieochtend in de Kinkel, ook erg gezellig en vaak druk bezocht. Verder in deze Majje een interview met Noreen van Netten. Noreen is fitnessinstructeur en heeft veel ervaring met het werken met ouderen en mensen met Parkinson.

En zijn er weer prachtige verhalen en gedichten van onze schrijvers en dichters met uiteenlopende onderwerpen.

Kortom, een Majje om, bij het haardvuur, te gaan lezen als het een regenachtige herfstdag is.

Henk en Eline

DE REDACTIE VAN DE MAJJE

De redactie neemt de vrijheid om aangeleverde kopij al dan niet op te nemen en -indien nodig- zelf te redigeren, uiteraard met volledig behoud van de kern van de boodschap.

Reageren of zin in schrijven in de Majje?

Mail naar: redactie@seniorenbd.nl



Vanuit de Vereniging

WELKOM AAN ONZE NIEUWE LEDEN

Mevrouw M.A.J. Klaassen-Röttjers
Mevrouw H.C.M.J. Rietveld-Hanneman

Uw wijziging of afmelding kunt u doorgeven:

Per brief:

Ledenadministratie Seniorenvereniging KBO Bommel-Doornenburg, Brouwerslaan 46, 6681 EA Bommel.

Per e-mail:

ledenadministratie@seniorenbd.nl

Via een formulier op de website:

een wijziging via:

www.seniorenbd.nl/leden/wijzigen

een afmelding via:

www.seniorenbd.nl/leden/afmelden



BEDANKJE

Arie Wensink, José van de Water, Gerda Huting, Mevrouw Peek (uit Huissen), Tonnie Tenback-Nissen, en mevrouw Nadorp-Ebberink bedanken het KBO-bestuur voor de attentie.



Activiteiten

Bep Cornelissen

ONTMOETINGSMIDDAG DOORNENBURG

welkom tijdens deze middag, die, -zoals u inmiddels van ons gewend bent-, bol staat van 'het met elkaar kletsen', 'een hapje en een drankje' en gezellige muziek.

Wij hebben dit keer 'Neighbours' uitgenodigd om voor ons te komen zingen. Dit muziekgezelschap bestaat uit twee zeer enthousiaste echtparen die tot voor kort echt burens van elkaar waren. De heren van Neighbours bespelen onder andere de contrabas, de viool en de mondharmonica.

De dames nemen voornamelijk de zang voor hun rekening alhoewel één van hen in sommige nummers ook de viool ter hand neemt. Het repertoire van

Neighbours is veelomvattend: er wordt muziek uit vroeger jaren, maar ook muziek van deze tijd gespeeld en gezongen, zoals bijvoorbeeld 'You are my Sunshine', 'On the road again' en nog veel meer. Het is in elk geval een genot om naar te luisteren!

De deuren van het Ontmoetingscentrum in Doornenburg gaan open om 14.00 uur, het programma begint om 14.30 uur.

Wij nodigen u graag van harte uit hierbij aanwezig te zijn! Brengt u wel uw lidmaatschapspasje van de seniorenvereniging KBO Bommel-Doornenburg mee?

Graag tot ziens op woensdag 6 november in het Ontmoetingscentrum in Doornenburg!



Op woensdag 6 november organiseren wij de Ontmoetingsmiddag voor al onze leden. Deze gezellige middag wordt gehouden in het Ontmoetingscentrum in Doornenburg. U bent van harte



Van de voorzitter

Erik Bruins

“ZO BEN JE NIET EN ZO KEN IK JE NIET”

Dat zei tijdens de Dag van de Ouderen een lid tegen me. Zij kent me al sinds ik in Bemmelen in de wieg lag en zij doelde op de foto die er de laatste tijd boven het artikel van de voorzitter in de Majje staat.

“Je kijkt veel te streng; zoek maar een andere foto”, klonk het. Het lijkt streng, maar het was lief bedoeld. Dankjewel Trudie!

Of ik geslaagd ben in het aanleveren van een nieuwe foto is aan u.

De geslaagde Dag van de Ouderen was alweer enkele weken geleden, de themamiddag met

betrekking tot duurzaamheid (Hoe houd ik mijn huis koel in de zomer?) is ook al geweest.

Vorig jaar hebben we de Ontmoetingsmiddag in Doornenburg nieuw leven ingeblazen. In de coronatijd lag het stil en daarna wilden we een doorstart maken. De eerste keer was het alleen voor leden uit Doornenburg, Gendt en Angeren.

Hier zijn we vanaf gestapt, omdat we een vereniging zijn voor alle leden. Dus alle leden zijn op 6 november welkom in het Ontmoetingscentrum Doornenburg.

Wat is een vereniging zonder vrijwilligers? Het antwoord hoeft ik niet te geven, want dat is genoegzaam bekend. Het bestuur zorgt er ieder jaar voor dat de vele vrijwilligers op een passende wijze worden bedankt. Vorige keer werd in Haalderen uitgedapt met een heerlijk stamppotbuffet. De invulling voor dit jaar is nog niet bekend, maar op woensdag 20 november zullen we elkaar treffen in het Ontmoetingscentrum Doornenburg. Ik hoop daar vele vrijwilligers aan te treffen.

Erik Bruins

DAG VAN DE OUDEREN IN BEMMEL

Op woensdag 2 oktober was het al vroeg druk in en rond de binnentuin in de Gouden Appel. Veel vrijwilligers vanuit de KBO, SAB en 't Zeuvende waren volop in de weer om de binnentuin om te toveren in een terras met gezellige zitjes. Toen om twee uur eindelijk de deuren opengingen, stroomden vele bezoekers binnen om samen de Dag van de Ouderen te vieren.

Nadat iedereen voorzien was van koffie of thee, werd het programma opgestart. Er was een bijzonder kadoetje voor de bezoekers aanwezig: Musikado, een groep met twee zangeressen en hun begeleidende bandleden. Tijdens hun optreden trakteerden zij de aanwezigen op prachtige luisterliedjes, die soms ademloos aanhoord werden, maar ook regelmatig volop meegezongen werden. Ondertussen werd de innerlijke mens ook prima verzorgd met een hapje en een drankje. De tijd vloog om en toen het tijd werd om op te stappen was iedereen tevreden en voldaan.

Er kon worden teruggekeken op een fijne en gezellige ontmoeting, die mede mogelijk werd gemaakt door een aantal sponsors, maar bovenal door de vele vrijwilligers die de handen uit de mouwen staken en ondertussen ook zorgden voor leuke contacten.



In gesprek met **NOREEN NETTEN**



Sprankelend, één en al vrolijkheid komt Noreen de trap afgerend als we aanbellen. Na een gesprek gevoerd te hebben met haar moeder Miep Peelen waren we onder de indruk van de verhalen over Noreen en vonden wij hoog het tijd om haar te benaderen voor wat een bijzonder gesprek zou worden.

Wie is Noreen van Netten

Noreen Peelen werd 52 jaar geleden in Nijmegen geboren. In haar derde levensjaar verhuisden haar ouders Miep en Willy Peelen met het hele gezin naar Bommel. Veel plezier heeft ze gehad op de Pius en het SGOB (het huidige OBC). Na haar diplomering heeft zij een opleiding tot receptioniste/telefoniste gevolgd. Ze is twee jaar au-pair geweest in Londen en heeft, terug in Nederland, veel administratieve baantjes gehad. Noreen ontmoette haar man Franke van Netten en samen kregen zij drie kinderen, twee meisjes en een jongen.

Passie

Noreen was vroeger niet zo slank. "Ja", lacht ze, "ik wilde toch wel wat pondjes kwijt en heb me mede daarom, verdiept in het gezonder leven, het gebruiken van gezondere voeding en ben ik nog meer gaan bewegen.

En terwijl ik met mijzelf bezig was vond ik mijn passie: mensen begeleiden om een vanuit een meer -lekker in je lijf-leefstijl en een 'alles-is-mogelijk-mindset' te gaan leven". Dit betekent niet alleen kritisch naar jezelf kijken, maar vooral ook trots zijn op de stappen die je zet.

Een van haar motto's is dan ook: blijf jezelf verrassen en verbazen en geniet daar dan ook keihard van.

Sportschool

Ongeveer tien jaar geleden, vertelt Noreen, ben ik als fitnessinstructrice begonnen. Al snel werd ik fitnesscoördinator en fitnessstrainer.

Begin 2021 heeft ze de stap gezet en is voor zichzelf begonnen. Het was een spannende maar leuke tijd. Corona speelde volop en vlak voor de tweede lockdown kreeg ze de sleutel van haar nieuwe eigen onderkomen op de Kazematten in Bommel. In juni van 2021 is 'Fit-voort' officieel geopend. Ze lacht en zegt: "Voor mij was die tijd een prima tijd om op te starten met mijn eigen werkzaamheden in de fitnessbranche. Het was puzzelen wat wel en wat niet kon en mocht. Toen na een jaar alles weer openging, had ik de kinderziektes uit mijn bedrijf en was de eerste cursus die ik gaf Yoga-ability."

IK VIND HET BELANGRIJK DAT ER RUIMTE IS VOOR MENSEN BIJ WIE HET SPORTEN NIET VANZELFSPREKEND

Sporten is niet altijd vanzelfsprekend

Noreen vertelt dat zij tijdens haar werk in de sportschool erachter kwam dat sporten niet voor iedereen vanzelfsprekend is en dat er in de reguliere sportscholen weinig ruimte is om te trainen op je eigen tempo en niveau. In de groepslessen volg je een gezamenlijk programma en in de fitness is er ook weinig ruimte voor mensen bij wie het sporten niet vanzelfsprekend is.

Noreen heeft dit altijd als een gemis ervaren en toen zij gevraagd werd om mee te spelen in een promotiefilm over sporten met Parkinson, besloot ze om zich iets meer te verdiepen in de medische kant van het fitnessgebeuren. Zo volgde zij de opleiding fitnesstrainer voor mensen met Parkinson. Noreen werd zo geraakt door de uitdagingen die mensen met de ziekte van Parkinson elke dag weer aangaan dat zij besloot verdere ontwikkelingen en cursussen op het gebied van medisch trainerschap te volgen.

Zo heeft zij, naast de opleiding sporttrainer Parkinson, de opleidingen Medisch Personal Trainer, Fitnesstrainer oncologie, Yogability-instructeur, Pilates-instructeur, Holistisch Movement Coach en Leefstijl & Mindset Coach gevolgd.

Noreen zegt: "Ik vind het belangrijk dat er ruimte is voor mensen bij wie het sporten niet vanzelfsprekend is. Ik wil juist deze mensen het geluk weer laten voelen dat je krijgt als je sport. En verder is het belangrijk dat je de mensen laat stralen en laat ervaren wat ze wel kunnen."

Noreen gaat uit van de positieve energie die een groep uitstraalt. Zij zorgt ervoor dat alle deelnemers mee kunnen in de groep. "Ik houd niet van hokjes denken", lacht ze. Haar oefeningen zijn zo uitgebalanceerd dat niemand zich ongemakkelijk voelt en iedereen mee kan. Ze werkt met gemêleerde groepen, waarin iedereen "functioneel" kan trainen. Geen bodybuilding dus, maar vanuit een persoonlijke behoefte werken aan je ontwikkeling. En die gemêleerde groepen geven ontzettend veel onderlinge energie aan de deelnemers.

De drie peilers van Fitvooruit

De drie peilers van Fitvooruit zijn Yogability, Pilates en krachttraining. Wij, de redactie, gaven aan niet zo veel van yoga te weten, maar Noreen nodigde ons uit om een keer een les te volgen.

Noreen: "Want Yogability is geen zweverige

vorm van yoga, maar is vooral gericht op kracht en mobiliteitstraining waarbij er veel aandacht is voor gewrichtstraining en flexibiliteit.

Ook Pilates en de krachttraining zijn gericht op houding, stabiliteit, coördinatie, ademhaling en focus op lichaam en geest. Het zijn effectieve trainingen die spiergroepen versterken én rekken om een sterk maar ook soepel lichaam te behouden. Ook ik hoor inmiddels bij de groep 40-plussers en ook ik merk dat mijn lichaam verandert, dat ik minder flexibel ben".

Hobby's,

Naast haar passie, -Fitvooruit-, heeft zij gelukkig ook nog tijd voor andere hobby's. Ze geniet van haar gezin, met vrienden een goed glas wijn drinken aan de keukentafel, haar honden, de natuur en het buiten zijn.

Dromen

Noreen heeft een grote droom. Ze hoopt haar concept, waarbij iedereen een kans krijgt om op zijn of haar eigen manier te genieten van sporten en bewegen, groot te maken. Dat er in de sportscholen, zowel in de fitness als in de groepslessen, persoonlijke aandacht geschonken kan worden aan iedereen ongeacht of je op de een of andere wijze beperkt bent of niet en dat je op die manier in je eigen kracht komt te staan.





NO P

In tegenstelling tot voorbeschouwingen zoals bij voetbal, -gokken op wat misschien gaat gebeuren -, is deze nabeschouwing Olympische Spelen een must, daar is geen woord Spaans aan.

Op de eerste plaats was het natuurlijk volop genieten van: kilometers onderdompelen in de Seine, op zoek naar drollen van Simone de Beauvoir, Filips de (niet zo) Schone, of een bescheiden keuteltje van ons aller Napoleonneke: in tegenstelling tot Rutte, stak dien aparte wel de hand in eigen boezem. Ons eigen Sharonneke van Rouwendaal won opnieuw, met twee vingers in de neus tegen de stank.

Er doemen olympische vragen op, want er waren meer onfrisse, onhandige en om heroverweging raadvragende situaties.

Dames op de wisselslag liggen zover achter, dat de vraag opdoemt, of ze wel in het goede bad liggen.

Weet u het nog van de dames dubbelvier die in 1995 een meter op kop lagen en bij de finish ongeveer een meter tekort kwamen? Advies: zet een boegspriet aan de slagzijde -een eind hout van een meter- en het verlies met 0,15" tegen GBR verandert in een overwinning met 0,01" voor-sprong.

Te weinig wind om te zeilen: roei-spanen uitdelen. Nog een tip: geef zo'n zeilduo een platbodem of een flink zwaard, want met omslaan kom je toch in een andere categorie terecht.

Turntops, -tips- en -flips-:

Een been in de lucht gooien is een vaardigheid; het daarna weer opvangen een kunst.

Succes op de balk: je bent er niet afgefallen.

Een pirouette maken en je draai niet kunnen vinden.

Haal die levensgevaarlijke balk weg en zet met een blokkwast een flinke witte streep op de vloer. Dat scheelt ongelukken, je kunt wat wilder saltoën, spagaten, flippen, splitten en springen én het redt een boom in het ecos-bos.

Judoërs: trek een overall aan, dat scheelt een hoop gefatsoeneer en gepoch met borstharen.

Fijn bij het boksen: verlies je, dan mag je jezelf een keer voor de kop slaan. Weet je meteen waarom die ander won.

De dressuurpaarden trappelen vrolijk en sierlijk door de arena met op hun ruggen stijve jockeys en chagrijnige amazones: die dieren moeten hun ruiters van de

rug kiepen en een chip in de nek geënt krijgen. Met afstandsbediening zou dan een veel lichter en nog vrolijker tafereel op de mat te zien zijn dan het huidige vertoon met ballast.

Of een nieuwe discipline: laat die paardjes niet solodansen; maak er een paartjes kuur van, dan kunnen ze samen foxtrotten, jiven, tangoen, twerken, schuren en walsen of gewoon lekker ravotten.

Aan de start knipoogt de hardloper naar zijn tegenstanders: ik zie jullie aan de finish.

Beachvolley speel je niet op het strand, de kans op te veel kwallen op en rond het veld wil je minimaliseren.

En dan nog iets bij onder andere dat spel, dat toch al weinig om het vege lijf heeft: ik zie geen broekje in de branding! Tegen hun wil dragen de dames (voorschrift van de DCC, Dress Code Committee) zo weinig stof, -niet om, maar rond hun grootste lichaamsspieren-, dat een jutter het nog niet op zou rapen. Gun de dames fatsoenlijke aankleding, of laat ze in hun blootje spelen. Met het huidige schaamlapje accentueer je alleen, wat de oude vieze mannen van de DCC in hun hoofd hebben, zodat ze zelf ook aan hun trekken komen, bij een sport die ze zelf duidelijk niet onder de knie kregen.

Ontwikkelingen: Het hink-stap springen gaat bepaald niet met sprongen vooruit, integendeel, het gaat geen stap vooruit.

Idee voor hen en voor de pols-stokkers: springstof in de zolen.

Heeft u nog vragen, adviezen, goudglanzende bijdragen? Mail het gerust naar janvrijouter@gmail.com onder het motto: 'Al ben je nog zo speels, om door een ringetje te halen: welkom op elke olympiade en geniet van je plak, al is ie van chocolade.'

Jan Vrijouter

TURNTOPS, -TIPS- EN -FLIPS-

ZIJ

*Wat zouden wij nog willen leren
het leven leerde ons zo veel:
dat kansen komen, kansen keren,
elk van ons krijgt zo haar deel*

SLUIT

*Gaat Anneke haar nummers draaien
zetten wij de stoelen aan de kant
om te tellen, zwieren, zwaaien
na het starten van de band*

ZIJ

*Wij zitten niet om raad verlegen,
ons helpt humor en milde spot
en heel rustig mee bewegen
met de line dance van het lot*

Gedicht: Wilma Peters
Aquarel: Hai Verstappen



LAATSTE RITSEL

*Een kolossale iep
breedgeschouderd als een man
spreidt wijd zijn stoere armen
naar een ranke populier*

*Alsof hij de slanke zij-boom
troostend wil omarmen
Wil beschutten
tegen straffe stormwind
als een vader met zijn kind*

*Tweestemmig rits'len zij
in bomentaal
hun blaad'ren-afscheidsverhaal:*

*We zijn zo uitgeput.
Verkleurd
Bezeerd
Het getijde is gekeerd*

*De kille adem van de herfstwind
blaast ongenadig takken naakt
Onze fraai verkleurde jurk
zeilt zwierig door de lucht
tot die ontdaan de aarde raakt*

*De lente zal zij nimmer halen
Herfstzon lokt
Verleidt
Wandelschoenen op hun tocht
zullen haar tot gruis vermalen*

Maria v. Zutphen-Verheijen

EEN ROOIE SNUUT



Een paar maanden geleden hebben we met het groepje pensionado's een NS-wandeltocht gelopen. Het was een prachtige wandelroute door het Hollandse landschap en er viel veel te genieten. De kers op de taart was aan het eind van de tocht. In de knusse binnenstad van Weesp troffen wij Ciske de Rat in drievoud aan. Het waren geen kwajongens. Integendeel! Het trio kon zo zijn weggelopen uit een jaren vijftig film. De belhamels hadden een stok in de hand en al wat er aan huid te zien was, was zo rood als een kreeft. Ze hadden een naastgelegen bramenstruik helemaal kaalgeplukt. De wilde vruchten hadden ze als heerlijke lekkernij naar binnen gewerkt. Dat kon natuurlijk niet zonder knoeien en daarom zat hun kleding vol met rode vlekken.

We spraken de jochies aan en beleefd kregen we als 'Meneer en Mevrouw' een antwoord terug. Het was aandoenlijk om in de ogen van die jochies de kinderlijke onschuld te zien en even met ze te babbelen. Goddank dacht ik. Ze bestaan nog! Kinderen zonder een mobieltje in de hand. De ouders van deze roodhuiden zullen verrast opgekeken hebben toen de jongens thuiskwamen. Wat zal het een werk geweest zijn om de kleding van die mennekes weer schoon te krijgen.

"Mijn God, waar hebbe jullie nou wér útgehange?"

Wat nu een zeldzaamheid is, was in onze jeugd doodnormaal. Wij staken op school wel wat op van de flora- en faunales, maar we leerden meer over de natuur door er na schooltijd 'op uit te trekken'. Dan gingen we streupen en ontdekken wat voor moois Onze Lieve Heer allemaal geschapen heeft. In de sloten zagen we dikkoppen, kikkers, stekelbaarsjes en salamanders. We wisten al snel wat het verschil was tussen een wieps en een pèrdsdôrn. De kastanjes knuppelden we uit de bomen. Lekker over het land banjeren en af en toe een paar wortels uit de grond trekken. Dit tot ergernis van de boze boer die op ons af kwam en met flinke stemverheffing en gebalde vuist riep: 'Mak da'j wegkom, verdomde snotjonge.' Als we thuiskwame hadden we een smèrrige snuut van de knoebels of konden we ons smoeltje aflékke van de bèzesap. Soms hadden we woaternatte poten en zat het gres en de blubber tot achter de oren. "Mijn God, waar hebbe jullie nou wér útgehange?" Ik hoor het mijn moeder nog zeggen. Ongetwijfeld zal ik met een verbaasde onnozelheid een antwoord gegeven hebben en vervolgens moest moeders maar weer zien hoe ze mij met een nat lèpke schön poetste. Het was niet leuk voor moeder maar ze werd niet kwaad, want ze wist dat het hoorde bij het

gedrag van een spelend kind.

Gelukkig konden we ons ook vermaken met spelletjes waar we minder vies van werden. Ik denk bijvoorbeeld aan tollen, bokspringen, buskruit, hinkelen etcetera. De tv en de digitale wereld waren voor ons nog wereldvreemd. De spelletjes die we toen speelden zouden er heden ten dage onnozel uitzien. We bewaarden de lege blikken van de appelmoes. Daarin maakten we een paar gaatjes. Touwtje erdoor en dan steltlopen op de blikken. Samen paardrijden en hopelijk begrijpt u me niet verkeerd. Ook niet met een stokpaardje, maar met een lang stuk touw. De voorste jongen of meisje was paard en liep te hinniken als een jong veulen. Hij of zij had dan een touw in de nek en de uiteinden gingen vervolgens als teugels onder de oksels door naar de ruiters die erachter liep. En dan samen hurry up. Zou je dit onschuldige speeltje nu spelen dan is de kans groot dat de Partij voor de Dieren er Kamervragen over gaat stellen.

Nog gekker was het 'vrachtautootje spelen.' Dit deden een aantal jongens tijdens het speelkwartier op de Piuschool. Ze waren helemaal in de ban van de vrachtauto. Het schoolplein was betegeld en de buitenste rand tegels was anders gekleurd. Deze rand werd aangemerkt als het wegennet voor het zware verkeer. Enkele jongens speelden dat ze een vrachtauto waren en andere jongens zaten op de knieën in de zandbak. Dat waren de draglines. De vrachtautojongen had de handen op de rug. Dat was de laadbak. De draglinejongen schepte met brrrrrrmmmm brrrrrrmmmm-geluiden de laadbak vol met zand en met een vuist vol (vracht)zand achter de rug liepen ze dan als vrachtauto een rondje over het wegennet. Ook dit ging met brrrrrrmmmm, brrrrrrmmmm-geluiden. Je hoorde het zware transport voorbijkomen. Weer bij de zandbak aangekomen, werd het zand terug gekieperd en begon het ritueel opnieuw.

Toegegeven: het was allemaal heel simpel wat we speelden, maar we vermaakten ons opperbest. Hoe anders is dat nu. De jeugd kan niet meer zonder het mobieltje en het lijkt of het apparaat aan hun hand is vastgeplakt. Ze gaan helemaal op in hun digitale wereld en krijgen vierkante oogjes van het gamen en het bekijken van TikTok-filmpjes.

Voordeel is dat de jeugdige mobiele brigade niet meer zo smèrrig wordt als wij vroeger. Maar als ouders zou je toch wensen dat de blagen ook eens thuiskomme als een Ciske de Rat. Lekker onder het gres en de blubber en met een rooie snuut vol bèzesap um het smoeltje bij af te lèkke.

Gun uzelf een
(h)eerlijke behandeling bij:

schoonheidssalon | medisch pedicure



Huchtstraat 32, Haalderen

☎ 06-4200 2503 | ✉ angela@voetensalonangela.nl

www.voetensalonangela.nl



DE WOERDT

FRUITBEDRIJF - LANDWINKEL - CADEAUS
BOERDERIJTERRAS - VERGADEREN - CAMPERS

dewoerd.nl
Ressen



De Meierij

**EEN GEZELLIGE ZAAL
VOOR AL UW FEESTEN**

Bruiloften, Receptie's en Koffietafels
Familiefeesten met warm/koud buffet
Bedrijfsfeesten, vergaderingen
en bijeenkomsten
Catering & Logementverhuur

CAFÉ DE ROSKAM DORPSTRAAT 95 BEMMEL 0481-461477

FEESTCAFE



VRIENDSCHAP
IS HET BETREDEN VAN HET KASTEEL,
NIET OVER DE MUUR,
MAAR DOOR DE BRESSEN.

CITAAT GODFRIED BOMANS



KASTEEL DOORWERTH

· PARELTJE IN DE OMGEVING ·

Nu onze kinderen het huis uit zijn, is het voor ons ook weer zoeken naar een invulling van ons weekend. Doordeweeks werken we allebei. Maar in het weekend gaan we op zoek naar pareltjes in onze omgeving. Tijdens een van onze zoektochten kwamen we terecht bij Kasteel Doorwerth niet ver van Bemmelen en Doornenburg vandaan. Een kasteel waar veel te beleven is.

Net als kasteel 'De Doornenburg' staat ook in Doorwerth een prachtig, stoer, middeleeuws kasteel. Het kasteel kent een rijke en lange geschiedenis van ruim zeven eeuwen.

De geschiedenis in vogelvlucht

Rond 1280 startte men met de bouw van het kasteel door een houten woontoren te bouwen. Vlak daarna bouwde men een stenen zaalburcht met muren van zo'n 1,2 meter dik. De stenen zaalburcht is er nog steeds te bewonderen.

Aan het eind van 16e eeuw was de bouw van het kasteel voltooid. Het omliggende gebied werd in de 17e eeuw verder ontwikkeld door middel van de aanleg van dijken, een moestuin en een poortgebouw.

Verval en herstel

Net als De Doornenburg is kasteel Doorwerth in de afgelopen eeuwen diverse malen door oorlog, plundering en brandstichting verwoest. Het onderhouden van het kasteel ging ook niet altijd even zorgvuldig en zorgde voor verval. Om het kasteel en zijn omgeving te behouden en te restaureren is er in 1909 'Vereeniging De Doorwerth' opgericht. Over de restauratie werd een heftige discussie gevoerd door de vereniging en de toenmalige adviseurs van de overheid. Deze kwestie vormde voor de Nederlands Oudheidkundige Bond reden om algemene restauratiebeginselen op te stellen. Hiermee werd de basis gelegd voor de huidige restauratiepraktijk in Nederland.

In 1969 is het kasteel en zijn de bijbehorende gronden overgedragen aan 'Stichting Vrienden der Geldersche Kasteelen'.

Naoorlogse restauratie

Het kasteel is in de tweede wereldoorlog zwaar beschadigd. Na de oorlog begon men met de restauratie die in 1983 werd afgerond. Kasteel Doorwerth is vanaf 1986 weer toegankelijk voor publiek.



Activiteiten in en rondom 'kasteel Doorwerth'

In kasteel Doorwerth zijn diverse tentoonstellingen te bewonderen. Zo zijn er de kasteelvertrekken, het Nederlands Jachtmuseum, de Nationale Bosbouwcollectie en Museum Veluwezoom. Op het terrein van het kasteel bevinden zich mooie wandelpaden, een moestuin en boomgaard. Rondom het kasteel is een afwisselend heuvel- en waterlandschap waar je heerlijk kunt wandelen en fietsen. Verder worden er door het jaar heen uiteenlopende activiteiten georganiseerd.



KERSTKAARTEN

Vorig jaar in de maand november heb ik twaalf kerstkaartjes geborduurd. Dat was heel precies en pietepouterig werk. Maar helaas zijn er van deze twaalf kerstkaarten maar zes aangekomen. Naast mijn geborduurde kaartjes heb ik meerdere andere kaarten verstuurd en is er in Bemmelen bij acht mensen geen kaartje in de bus gevallen. Misschien denkt u nu ook: "Hé, ik heb ook van een aantal mensen geen kaart ontvangen." Daar zijn meerdere oorzaken voor aan te wijzen.

De post huurt jonge onervaren mensen in voor de drukke kerstperiode omdat de vaste bezorgers het allemaal niet aankunnen. Mensen die het vaak nodig hebben een centje bij te verdienen in deze dure maanden.

Er worden jammer genoeg veel vergissingen gemaakt!

Ik woon in de Faunuslaan en kreeg kaartjes in mijn brievenbus van de Floralaan.

Het begint wel allebei met een F, maar het klopt niet. Ik ben dan zo netjes (opgevoed) dat ik ze wel even bij het goede adres in de bus stop.

Nadat ik een postbezorger sprak gaf hij mij een paar goede adviezen.

- Plak de envelop goed dicht en zet altijd je eigen postcode achterop. Het gebeurt vaak met de post sorteren dat de kaartjes uit de envelop vallen.
- Doe ze voor 10 december op de post.
- Als de vrienden en/of familie dichtbij wonen, gooi het kaartje persoonlijk bij ze in de brievenbus. Dan weet je zeker dat het aankomt. (Scheelt ook de veel te dure postzegels).
- Je kunt ook als je een pc of laptop hebt een lieve persoonlijke mail sturen.

Misschien zijn er mensen die deze tips waarderen. Ik ga het in ieder geval heel anders doen.

Succes en groeten

Lenie van Huet



VRIJWILLIGER WORDEN BIJ TAFELTJE DEKJE BEMMEL?

Weet je hoe leuk het is om maaltijden rond te brengen voor Tafeltje Dekje?

Weet je hoe leuk het is als cliënten al op je staan te wachten?

"Ik zag je auto al!" Je maakt een praatje: "Vandaag een lekker stampotje, heeft u daar zin in?" Of: "Gaat u vandaag nog iets leuks doen?" Of je maakt een grapje.

Je merkt hoe belangrijk dit contact is voor onze cliënten. Soms ben jij het enige aanspreekpunt die dag.

Je merkt ook als mensen niet lekker in hun vel zitten of wat verward zijn.

Of het lukt de cliënt soms niet meer om de menulijst voor de volgende week zelf in te vullen. Je doet dan de suggestie dat het misschien fijn is als iemand even meekijkt bij het invullen. In zo'n geval meld je dit bij onze coördinator-clieënten en die neemt contact op met de contactpersoon van de cliënt.

Gelukkig gaat het meestal goed. Tafeltje Dekje is er niet alleen voor ouderen die zelf niet meer in staat zijn om te koken, maar ook voor mensen die in het ziekenhuis hebben gelegen of om een andere reden 'onthand' zijn. Het is dankbaar werk: een blij gezicht, een opgestoken hand, een tevreden cliënt die blij is met de maaltijd die we brengen.

Het is echt heel leuk om dit werk te doen.

Ondanks de inzet van veel enthousiaste vrijwilligers bij Tafeltje Dekje, is het altijd fijn om wat nieuwe collega's erbij te hebben. Het kost je hooguit twee uurtjes per week om de maaltijden rond te brengen. Als je nieuwsgierig bent geworden, bel dan Carla van den Bosch, 06-20915972 en ze neemt contact op. Bel haar ook als je geen maaltijden wil rondbrengen maar wel telefoontjes van cliënten wil opnemen en afhandelen (tussen 11.00 uur en 13.00 uur). Uiteraard wordt je goed ingewerkt en beschikken we over uitgeschreven werkwijzers. Ook kun je eens samen met een vrijwilliger een route meerijden om een indruk te krijgen van ons werk.

Schroom niet, het is echt de moeite waard!



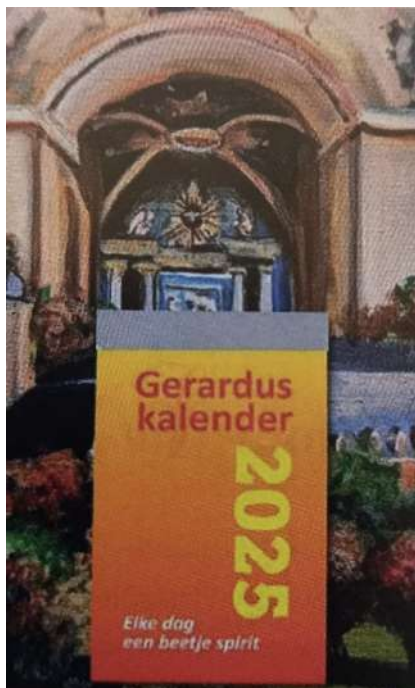
Even bijpraten

met Ineke Koreman



De eerste prik -vaccinatie tegen Corona- is gezet en daar ben ik blij mee, alsmede dat het dichtbij huis kon in de Tabaksschuur bij het Gemeentehuis. Daar bleek ook nog eens dat "je eigen buurt/straat" daarvoor op dezelfde dag was ingepland. Voor ons viel dat in het weekend van de Burendag, wel een aparte burenactiviteit zo. Bij binnenkomst zag ik veel bekende gezichten; h e gezellig kun je het hebben... het drankje en de bitterbal ontbraken nog net. Het was daar allemaal keurig geregeld. Na je aanmelding en controle van je gegevens werd je gebracht naar een van de stoelen in een van de 2 rijen; niet naast, maar achter elkaar. De "prikdame", gezeten op een stoel met wieltjes, kwam rollend bij je langs en voor ik er erg in had zette ze met vaardige handen d e prik. Op dezelfde stoel het verplichte kwartiertje nazitten met voor je neus een grote klok om de tijd in de gaten te houden. Ik vond het allemaal wel een hilarisch gebeuren en moest meteen ook denken aan dat kinderliedje "De trein die rijdt op wielen, op wielen, op wielen rijdt de trein. En dan komt de conducteur en die knipt de kaartjes deur. En dan blaast hij op zijn fluit en dan gaat de trein vooruit...".

Ik zag het weer helemaal voor me en sprak dat nog even uit. In de jaren vijftig speelden en zongen we dat vol overtuiging met de buurkinderen uit onze portiekwoning in Den Haag. Allemaal op een stoeltje in een rij en al zingend maakten we met onze armen de wielbeweging en hoe spannend was het als je na



loting de conducteur mocht zijn. We hadden er zelfs een speciale "spellendoos" voor. In plaats van het knippen van het kaartje kregen we nu dus een "prik" met een klein gaatje in onze bovenarm. Die spellendoos heb ik niet meer, maar wat ik nog wel heb zijn wat kerstspullen uit die jaren en het wordt tijd om die eens op te ruimen:

VRAAG & AANBOD

Voor de  chte liefhebber/verzamelaar:

8 zilverkleurige kaarsenhouder-tjes met een klemmetje voor in de kerstboom inclusief kaarsjes (mijn vader zette uit voorzorg altijd een emmer water bij de boom). Later kwam er van Philips een streng met 16 gloeilampjes, (kaarsmodel).

Maar het mooiste is wel de porseleinen beelden Kerstgroep van mijn opa en oma, ruim 115 jaar oud. Het gaat me aan het hart, maar nu zoek ik er een goede bestemming voor. Wie oh wie? Of wellicht heeft u een tip? Het Heiligenbeelden museum in de stijlvolle Antonius van Paduakerk op de Kranenburg (Achterhoek) -naar ontwerp van bouwmeester Pierre Cuypers- zou een optie zijn, maar dan heb ik vervoer nodig. Dus eerst maar eens wat dichterbij huis proberen; mijn gegevens vindt u in de Colofon achterin het blad. Ik ben benieuwd....

PUZZELPAGINA

WOORDZOEKER

I	E	H	E	R	F	S	T	K	IJ	R	L	A	T
N	E	E	W	O	L	L	A	H	E	P	G	O	A
E	E	K	H	O	O	R	N	Z	K	A	A	N	L
U	R	IJ	T	E	S	T	A	A	L	O	D	W	K
A	L	B	U	M	D	L	D	S	E	N	U	E	M
P	A	P	IJ	S	B	N	R	S	I	N	N	E	K
R	N	S	A	D	T	E	I	H	T	E	S	R	A
E	G	P	A	R	D	O	A	W	R	K	O	L	S
G	S	L	O	N	A	G	F	E	I	K	E	E	T
E	B	K	O	M	E	P	D	L	N	D	R	G	A
N	M	D	A	L	P	A	B	E	A	R	R	U	N
J	A	M	B	D	L	O	G	Z	E	Z	E	E	J
A	M	U	E	B	E	E	E	E	I	K	E	L	E
S	I	F	O	N	R	R	A	N	S	E	L	V	L

ALBUM
BLADBLAZER
BLADEREN
BLIKSEM
DONDRSLAG
EEKHOORN
EIKEL
ESKADER

ERBIJ
ERLANGS
FAIR
HAGELBUI
HALLOWEEN
HEI
HERFST
IMAM JAM

JURK
KASTANJE
KENNIS
KOU
LEER
ONWEER
PAP
PARAPLU

POMPOEN
RANSEL
REGEN
REGENJAS
RIJTEST
SERRE
SIFON STAAL
STOF

TALK
TALRIJK
VLEUGEL
WIND
ZADEL
ZALF

OPLOSSING WOORDZOEKER:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

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

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

De oplossing van Puzzel Majje nummer 8 CRYPTOGRAM:

Horizontaal:

- 1: spons
- 4: bewogen
- 8: alt
- 9: orangerie
- 10: kettingrokers
- 12: mokkaok
- 13: oen
- 14: omrijden
- 15: niets

Verticaal:

- 1: stank
- 2: ontsteker
- 3: snoeihard
- 4: bladgroen
- 5: weglukken
- 6: gardarobe
- 7: nee
- 11: sinus
- 12: mao

DE SAB EN HET CENTRUMPLAN (DEEL 2)

Afgelopen maart hebben we u laten weten wat de opstelling was van de SAB ten aanzien van de plannen voor het centrum van Bemmell, oftewel de overheveling van allerlei Kinkelactiviteiten naar de Assenburg.

De SAB heeft toen uitvoerig laten weten aan het gemeentebestuur waar wij behoefte aan hadden: welke ruimtes zijn nodig voor onze activiteiten, hoeveel ruimte, tijd en voorzieningen hebben we nodig om alle activiteiten voor senioren optimaal te kunnen organiseren. Verder hebben we gewezen op het belang van een goede bereikbaarheid en veiligheid.

Na het inzenden van onze wensenlijsten hebben we ook nog deelgenomen aan 'ateliers' waarin samen met andere Kinkelgebruikers werd gekeken en gedacht over de (on)mogelijkheden van een eventuele verhuizing. In de loop van de zomer heeft de gemeenteraad zich actief bezig gehouden met de plannen met het resultaat dat het plan voor wat betreft de Kinkel afgeblazen werd. We mochten dit uit de krant vernemen.

Daarmee is het boek nog niet gesloten. De komende tijd zal een nieuwe discussie losbarsten wat er dan wel moet gaan gebeuren. De SAB blijft de ontwikkelingen nauwlettend volgen en zal voortdurend in de gaten houden wat er gebeurt. De belangen van senioren voor wat betreft educatie en recreatie zijn bij de SAB in goede handen!



MAANDAG:

Yoga

09.00 - 10.00 uur

10.15 - 11.15 uur

11.30 - 12.30 uur

Toneel (Jong Belegen)

09.30 - 11.30 uur

Engels

(20 lessen)

10.00 - 11.30 uur

Bridge

13.30 - 16.30 uur

DINSDAG:

Yoga (stoelyoga)

09.30 - 10.30 uur

Kijk op Kunst - Langzaam kijken

(8 lessen in zowel voor- als najaar

1 x per 2 weken)

10.00 - 12.00 uur

Yoga

11.00 - 12.00 uur

13.00 - 14.00 uur

15.30 - 16.30 uur

17.00 - 18.00 uur

Biljarten

13.00 - 17.00 uur

Tai Chi

19.00 - 20.00 uur

WOENSDAG:

Tai Chi

09.30 - 10.30 uur

Spaans voor beginners vervolg

(28 lessen)

09.30 - 11.00 uur

Spaans voor beginners

(28 lessen)

11.15 - 12.45

Biljarten

13.00 - 17.00 uur

Bingo, 2e en 4e wo.

14.00 - 16.00 uur

Instuif, 1e en 3e wo.

14.00 - 16.00 uur

DONDERDAG:

Line Dance

09.30 - 11.30 uur

Spaans voor meer gevorderden

(28 lessen)

09.30 - 11.00 uur

Seniorenkoor

10.00 - 12.00 uur

Dynamic Tennis *

10.30 - 12.00 uur

Spaans voor half gevorderden

(28 lessen)

11.15 - 12.45 uur

Spaans voor beginners vervolg

(28 lessen)

13.00 - 14.30 uur

Biljarten

13.00 - 17.00 uur

Bewegen op muziek

14.00 - 15.00 uur

Spaans voor beginners

(28 lessen)

14.45 - 16.15

VRIJDAG:

Biljarten

13.00 - 17.00 uur

De cursussen en activiteiten vinden plaats in Cultureel Centrum "De Kinkel" in Bemmell. Met uitzondering van: * Dynamic tennis, locatie: Sporthal De Bongerd

COLOFON

Senioren Actief Bemmell

www.sab-bemmell.nl

info@sab-bemmell.nl

Voorzitter:

Henk Peperkamp

06 - 40 35 35 07

voorzitter@sab-bemmell.nl

Secretaris:

Willemien Hermsen

0481 - 46 35 55

secretaris@sab-bemmell.nl

Penningmeester:

Henk van de Looi

0481 - 46 29 41

penningmeester@sab-bemmell.nl

Coördinatie activiteiten:

Bep Cornelissen

06 - 27 50 70 51

Mieke Kuppen

06 - 18 14 28 96

coordinatie@sab-bemmell.nl

Deelnemeradministratie:

Erik Bruins

06 - 21 80 45 43

deelnemeradministratie@sab-bemmell.nl

Webbeheer:

Erik Bruins

webbeheer@sab-bemmell.nl

Cursusrekening:

NL77 RABO 0105 7099 48

t.n.v. Stichting Senioren Actief Bemmell

Donatuskoor Bommel

Sfeervolle en hoogstaande muzikale omlijsting bij afscheidsceremonies in de regio Arnhem Nijmegen



Informatie te verkrijgen bij:
 Annie Oude Ophuis; Telefoon: 0481-465598
 Steef Weijers; Telefoon: 06-45638238



Bezoek ons op
Facebook

FYSIOTHERAPIE FITPUNT

Dorpsstraat 41b • 6681 BL Bommel • T 0481 - 45 44 25
 info@fitpunt.nl • www.fitpunt.nl



Senioren Ondersteuning Lingewaard

Ondersteuning en begeleiding voor senioren

Edwin Mons 06-19088103
www.seniorenondersteuninglingewaard.nl

Het is niet wat wij u kunnen bieden, maar wat u geboden wilt hebben

Autobedrijf Wientjes v.o.f.

- REPARATIE
- APK-KEURING
- SCHADEHERSTEL
- IN- EN VERKOOP
- AUTOMAATBAKspoelen



Reparatie
en onderhoud
alle merken

Kattenleger 9a Bommel, tel. 0481-356710 email: info@autobedrijfwientjes.nl

Notaris VanSchaik

Uw notaris om de hoek



Notaris Van Schaik • Deken Dr Mulderstraat 8b
 6681 AB Bommel • 0481 - 46 12 26
info@notarisvanschaik.nl • www.notarisvanschaik.nl

EYELove BRILLEN IN BEMMEL

verkrijgbaar bij D.A. Drogisterij van Appeldoorn



COMPLETE BRIL OP UW STERKTE INCLUSIEF GRATIS OOGMETING!

Bril op sterkte voor veraf óf dichtbij COMPLEET €49	Multifocale bril met standaard leesgedeelte COMPLEET €99	Multifocale bril met breder leesgedeelte COMPLEET €149
---	--	--

Kom naar onderstaand verkooppunt en laat u adviseren!

DA Drogisterij & Parfumerie van Appeldoorn
 Dorpsstraat 45
 6681 BL Bommel **Keuze uit 350 monturen!**
 Tel. 0481-450 267
OPEN: ma 13-18 u, di-do 9-18 u, vr 9-20 u, za 9-17 u.





We bezorgen
BIJ U THUIS
WWW.EETWINKELPOLLY.NL

DÉ PRAKTIJK VOOR

- Fysiotherapie
- Manuele therapie
- Rugtherapie
- Sportfysiotherapie
- Hydrotherapie
- Looptherapie
- Oncologiefysiotherapie
- Bekkenfysiotherapie
- Geriatrische fysiotherapie
- Revalidatie
- Shockwave
- Echografie
- Dry Needling
- Medical Taping
- Longfysiotherapie
- Hartfysiotherapie
- Oedeemtherapie
- Neurorevalidatie

- 1 St. Maartenstraat 5
Doornenburg
- 2 Vierakkerstraat 1
Huissen
- 3 Van Nispenlaan 2
Bemmel
- 4 Karstraat 22
Bemmel
Medisch Centrum

Maak direct een afspraak

 026 214 81 55

 info@fysio-lingewaard.nl

 www.fysio-lingewaard.nl



Wij nemen de tijd voor passende druk

Movetek Compressiezorg, dé leverancier van therapeutische elastische arm- en beenkousen en overige compressiehulpmiddelen.

Wilt u een afspraak maken?

Neem dan contact met ons op via telefoonnummer **06-589 699 38** of via onze website:

www.movetek.nl

COLOFON

Seniorenvereniging KBO Bemmel-Doornenburg

www.seniorenbd.nl
info@seniorenbd.nl

Voorzitter:

Erik Bruins
06 - 21 80 45 43
voorzitter@seniorenbd.nl

Secretaris

Klaas Vos
Plakse Veld 29
6681 MM Bemmel
06 - 12 84 84 69
secretaris@seniorenbd.nl

Penningmeester

Ruud Rouwmaat
0481 - 46 50 55
penningmeester@seniorenbd.nl
Bankrekening:
NL14 RABO 0102 9233 02

Vice-voorzitter

vacature

PR

Harold Kainama
06 - 43 36 77 35
pr@seniorenbd.nl

Coördinator

activiteitencommissie

Bep Cornelissen
06 - 27 50 70 51
activiteiten@seniorenbd.nl

Ledenadministratie

Erik Bruins
06 - 21 80 45 43
ledenadministratie@seniorenbd.nl

Contactpersoon lief & leed

Ans van der Burgt
06 - 19 18 01 02

Contactpersoon vrijwilligers

Dorpsauto

Anton Verhoeven
06 - 53 16 32 82

Ledenservice

Redactie De Majje

Eline Bouwmeister-Hermsen
Henk Peperkamp
Harold Kainama
redactie@seniorenbd.nl

Coördinatie bezorgservice

De Majje

Henny Ebben
06 - 13 16 16 68
Johan Jansen

Druk en opmaak De Majje

Drukkerij Penta
06 - 51 51 46 34

Webredactie

Ruud Rouwmaat
Harold Kainama
webredactie@seniorenbd.nl

Webbeheer

Erik Bruins
webbeheer@seniorenbd.nl

Advertenties

Harold Kainama
06 - 43 36 77 35
pr@seniorenbd.nl

Coördinatie ritten Dorpsauto

Dick van Ringen
Henk Hellinga
Peter Delsink
Harold Kainama
06 - 82 33 80 56

Coördinatie lief & leed

Marianne Peperkamp
06 - 81 77 95 61

Vraag & Aanbod

Ineke Koreman
0481 - 46 19 75
korefrank@planet.nl

Belastingsservice

René Haegens
0481 - 46 22 56
Wim van Meerkerk
0481 - 46 30 01
Ger Stokman
06 - 48 83 30 73
zie www.seniorenbd.nl
/leden/belastinginvulhulp

Rijbewijskeuringen

zie www.seniorenbd.nl/leden/rijbewijskeuring

Majje no. 10 verschijnt op donderdag 28 november 2024. Inleveren kopij, foto's en dankbetuigingen t/m **dinsdag 12 november 2024**. E-mail: redactie@seniorenbd.nl



Podopraktijk Bemmel helpt bij uw voet- en houdingsklachten.

- Lage rugklachten
- Hielspoor
- Hallux valgus
- Knieklachten
- Doorgezakte voorvoet

Podopraktijk Bemmel
lopen met gemak

Dorpsstraat 26 6681 BN Bemmel
T. 08 50 64 78 08

E.rene@podopraktijkbemmel.nl
W. www.podopraktijkbemmel.nl

U bent welkom, ongeacht waar u bent verzekerd

Wij regelen en verzorgen voor u begrafenissen en crematies. U kunt 24 uur per dag bij uw dierbare zijn, zonder eerst een afspraak te moeten maken in het Afscheidshuys Lingewaard. Ook wanneer u de uitvaart niet door ons laat verzorgen.



Constantijn Koen Uitvaartverzorging & Afscheidshuys Lingewaard

Doktor Poellstraat 2 | 6681 BV Bemmel
info@uitvaartverzorging-lingewaard.nl
www.uitvaartverzorging-lingewaard.nl

Dag en nacht bereikbaar: 06 421 160 93



Frans Knorth
makelaardij

ANNO 2007

DE MAKELAAR
DIE VOOR U HET
VERSCHIL MAAKT

0481 763 963 | 06 43 16 55 92
De Plak 17, Bemmel | www.fransknorthmakelaardij.nl



DRUKKERIJ PENTA

EVERYTHING YOU CAN IMAGINE
YOU CAN CREATE

M 06 51 51 46 34
W DRUKKERIJPENTA.NL
E INFO@DRUKKERIJPENTA.NL



Xsensible
stretchwalker

DRY-X WATERPROOF TECHNOLOGY

Buiting
schoenen

BUITING SCHOENEN
DORPSSTRAAT 25
BEMMEL - 0481-461443
BUITINGSCHOENEN

Gespecialiseerd in PEUGEOT & CITROËN



EUROREPAR
CAR SERVICE

AUTOBEDRIJF HANS HUIJBERS
Dijkstraat 2 6681 VX BEMMEL 0481-462726
www.hanshuijbers.nl

Thijssen

brilmode | contactlenzen | optometrie



Welkom in de wereld van Thijssen...

Dorpsstraat 50e - Bemmel
Tel. 0481 - 47 04 90
www.oogzorginbemmel.nl