

# Samen-Welzijn

VOORHEEN DE GROENE GIDS

SEPTEMBER NR. 3 • 2024

+ DOSSIER  
TOPpers in  
denksport

Algemeen

informatieblad van Pulse

voor senioren

in IJsselstein en de gemeente Lopik

# LOKAAL, KLEINSCHALIG EN BETROKKEN

📞 06 393 76 800 (24/7 bereikbaar)

🏠 Uitvaart op maat naar ieders budget

🏠 Met- of zonder uitvaartverzekering

🌐 [www.landsmanuitvaartzorg.nl](http://www.landsmanuitvaartzorg.nl)



VORMGEVER VAN EEN HERINNERING



BGNU



Weidstraat 17, 3401 DL IJsselstein  
[info@landsmanuitvaartzorg.nl](mailto:info@landsmanuitvaartzorg.nl)



## Samen-Welzijn

JAARGANG 45  
SEPTEMBER 2024

**Samen-Welzijn**  
is een uitgave van Pulse voor  
65-plussers

**Redactieadres:**  
Wijkservicecentrum De Oase  
Benschopperweg 342  
3401 BZ IJsselstein  
☎ 030 - 68 68 030

Samenstelling/bezorging  
Redactieteam Samen-Welzijn

Inleveren kopij

✉ [kopijgids@stichting-pulse.nl](mailto:kopijgids@stichting-pulse.nl)

Grafisch vormgever  
Cees van den Brink

Oplage ca. 5565 ex  
Druk: WS Media Groep

De redactie van Samen-Welzijn kan altijd bezorgers gebruiken. Heeft u 4 x per jaar een uurtje tijd voor een 'bezorgwandeling'? Meldt u zich dan aan via de receptie van Pulse, locatie De Oase.  
☎ 030 - 68 68 030

### Redactie IJsselstein

Greet Gijsen  
Jacqueline Prinsen  
Cees van den Brink

### Redactie Lopik

Astrid Meijer-Haagen  
Machteld Zwanenburg

### Advertenties IJsselstein

Wil van Doorn  
☎ 06 - 272 01 527

✉ [kopijgids@stichting-pulse.nl](mailto:kopijgids@stichting-pulse.nl)

### Advertenties Lopik

Machteld Zwanenburg  
☎ 0348 - 55 31 50

✉ [kopijgids@stichting-pulse.nl](mailto:kopijgids@stichting-pulse.nl)

### Bezorgklachten/aanmelding/ adreswijziging/verspreiding

IJsselstein: Ingrid van der Griend  
☎ 030 - 68 68 030  
✉ [bezorginggids@stichting-pulse.nl](mailto:bezorginggids@stichting-pulse.nl)

Lopik: Machteld Zwanenburg  
☎ 0348 - 55 31 50

© Foto omslag  
Eugène Dijkgraaf,  
IJsselstein

# Inhoudsopgave



## 11 Krachtig Ouder Worden



## 12-14 TOPpers in de Denksport



## 20 Pendelen maar ...



## 25 Appeltaart-concerten

### En verder o.a.:

- 05 Voorwoord door Yvette Huige
- 07 Voorwoord door Mark Foekema, *wethouder*
- 09 Ontdekken en ontmoeten
- 14 Maak kennis met Cercle
- 16 KBO Nieuws
- 19 De apotheker, Denksporten zijn goed voor je brein  
Senioren Amusements Groep
- 21 Vrijwilligersmarkt
- 22 La Vie en Rose
- 23 Aanvragen mantelzorg  
Alzheimercafé IJsselstein
- 26 Activiteiten IJsselstein 2024
- 28 Belangrijke adressen  
IJsselstein
- 31 Alzheimer Café Lopik  
Dementie en denksport
- 33 ANWB AutoMaatje Lopik
- 34 Activiteiten gemeente Lopik
- 38 Belangrijke adressen  
Lopik 2024

# Fysiotherapie Groene Biezen

## Specialist in bewegen

Wij zijn blij bekend te kunnen maken dat wij sinds 1 januari 2023 een nieuwe vestiging geopend hebben.

### Fysiotherapie Groene Biezen, locatie Nieuwpoort

In het woonzorgcentrum Ewoud aan de Jan van der Heydenweg 2, 3401 RH IJsselstein.  
Naast de bestaande locaties zullen wij hier onze fysiotherapeutische en oefentherapeutische zorg uitbreiden.  
Op de professionele en betrouwbare manier zoals u van ons gewend bent.

### Fysiotherapie Groene Biezen

**Locatie Lagebiezen**  
Lagebiezen 10  
3401 NG IJsselstein  
☎ 030 688 25 27

**Locatie Meridiaan**  
Tiranastraat 17  
3404 CJ IJsselstein  
☎ 030 68 78 995

**Locatie Nieuwpoort**  
Jan vd Heydenweg 2  
3401 RH IJsselstein  
☎ 030 688 25 27

**Locatie Ellenborgh**  
Florijn 3  
3405 BM Benschop  
☎ 0348 45 14 54



🌐 [www.groenebiezen.nl](http://www.groenebiezen.nl)

✉ [groenebiezen@gmail.com](mailto:groenebiezen@gmail.com)

# VAN PELT

revalidatieservice

verkoop - onderhoud - reparatie



uit  
voorraad  
leverbaar



- service / levering aan huis
- gratis vervangende rollator
- dealer van populaire merken als Topro, Volaris, Dietz/Taima, WheelzAhead, Afikim en Kymco
- 44 jaar ervaring in zorg hulpmiddelen
- 26 jaar in IJsselstein

Topro  
rollators  
zijn er in  
8 kleuren



lichtgewicht  
rollator  
vanaf  
5,5 kg.

geopend ma.t/m vr. 09.00-17.00u

Swammerdamweg 4, IJsselstein - 030-6887130 - [www.van-pelt.nl](http://www.van-pelt.nl)

## Voorwoord

DOSSIER



**B**ESTE DENKSPORTER,

In deze editie van Samen-Welzijn staat het thema 'Denksporten' centraal. Het leuke van een voorwoord schrijven is dat je na gaat denken over onderwerpen waar je nooit eerder uitgebreid bij hebt stil gestaan.

In eerste instantie kwamen mijn gedachten dan ook niet verder dan dammen en schaken. Maar na er met diverse mensen over gesproken te hebben en dankzij google, breidde het arsenaal al snel uit. Want ook kruiswoordpuzzels, sudoku's, mahjong, bridge, poker, backgammon, stratego en zelfs gamen vallen onder denksporten, zo ontdekte ik.

Maar wat is dan de definitie van een denksport?

Tot nu toe zag ik poker als een gokspel en stratego als een gezelschapsspel en niet als denksporten. Volgens Wikipedia is een denksport een bezigheid, waarbij mensen hun analytisch vermogen testen, al dan niet met tegenstanders.

En volgens het internet zijn denksporten niet alleen goed voor de ontspanning, maar houden ze ook je geheugen langer gezond. Vanuit dit perspectief bekeken is het lang zo erg nog niet dat die twee zoons van mij zeer regelmatig gamen.

*Yvette Huige*

## UITgaan met Vier het Leven



**E**EN DAG MET EEN GOUDEN RANDJE

Uitgaan, nieuwe ontmoetingen, cultuur snuiven, lachen bij voorstellingen, genieten van muziek en dans, samen een film kijken en napraten.... de behoefte hieraan stopt nooit! Ook niet, als men ouder wordt. Wat wel verandert, is de mogelijkheid om dit zelfstandig te ondernemen.

Bij het wegvallen van geliefden, is het uitgaan niet zo gezellig meer, vaak is het lastig om vervoer te regelen of is het niet meer zo eenvoudig om zelf een uitje te organiseren.

Juist dan is het heel fijn, dat Stichting Vier het Leven er is, die alle drempels wegneemt om zorgeloos en gezellig uit te kunnen gaan. Een liefdevol team van circa 16 betrokken vrijwilligers gaat met mensen van 65+ uit, naar theater, museum, filmhuis en concertgebouw.

Een vrijwilliger van Vier het Leven uit de regio haalt maximaal 3 gasten thuis op en biedt, waar nodig, een onder-

steunende arm en houdt hen gezelschap tijdens het gehele uitje. Na afloop wordt er nog gezellig een drankje genuttigd en brengt de vrijwilliger de gasten weer thuis tot aan de voordeur.

Ouderen uit Nieuwegein, IJsselstein, Lopik, Houten en Vianen krijgen ieder jaar de keuze uit ongeveer 75 uitjes. Het aanstaande seizoen biedt onder andere: de musical Saturday Night Fever, Pieter Derks en de concertfilm van André Rieu.

Voor elk wat wils: gezellig uitgaan wil toch iedereen wel! Wij nodigen alle mensen van 65 jaar en ouder van harte uit om met ons mee te gaan. Een rollator meenemen, is geen probleem. U kunt zich geheel vrijblijvend en kosteloos aanmelden bij Vier het Leven. U krijgt dan alle informatie over het programma en de kosten van de uitjes toegestuurd.

Aanmelden kan via het landelijke telefoonnummer: ☎ 035 - 52 45 156.

Voor verdere informatie kunt u ook kijken op onze website: 🌐 [www.4hetleven.nl](http://www.4hetleven.nl)

Benschopperstraat 43  
3401 DG IJSELSTEIN

Telefoon 030 - 6881317  
Fax 030 - 2662358

[www.brasseriekloostertuin.nl](http://www.brasseriekloostertuin.nl)



*Voor lunch, diner en borrel*

Wij zijn maandag t/m zaterdag  
vanaf 12:00 uur open voor  
lunch (tot 16:00 uur)  
en diner (tot 21:00).



## ***Is uw klok of barometer stuk ?***

Zoekt u een vakkundige gediplomeerde klokkenmaker ?  
Reparaties van alle soorten klokken en barometers.  
Gratis halen en brengen is ook mogelijk.

### ***Klokkenmakerij Gerrit Boer***

Benschopperweg 41 - 3401 BT IJsselstein  
Tel. 06 - 150 32 025



Groene Hart woningontruiming  
Uw zorg in goede handen

## **Kunnen wij u helpen?**

Woningontruiming

Seniorenverhuizing

Bedrijfsontuiming

**Groene Hart Woningontruiming**  
Korenmolenaar 8  
3404 DE IJSELSTEIN

**Tel. 030 - 275 1246**  
**Mob: 06 - 5232 5032**

I: [www.GroeneHartWoningontruiming.nl](http://www.GroeneHartWoningontruiming.nl)  
E: [info@GroeneHartWoningontruiming.nl](mailto:info@GroeneHartWoningontruiming.nl)

**KvK Utrecht: 59169419**



## Voorwoord



### B LIJF UZELF UITDAGEN

Ouder worden brengt veel veranderingen met zich mee, maar één ding blijft altijd hetzelfde: het belang van jezelf blijven uitdagen. Dit geldt niet alleen voor fysieke activiteit, maar juist ook voor mentale activiteit. Denksporten bieden hiervoor een onmisbare bron van uitdaging.

Elke dag biedt de kans om iets nieuws te leren, om problemen op te lossen, om het brein in beweging te houden. Net zoals het lichaam baat heeft bij beweging, heeft het brein dit ook. Door uzelf uit te dagen met denksporten zorgt u ervoor dat uw hersenen actief blijven. Dit is niet alleen goed voor het behoud van hersenfuncties, maar versterkt ook het gevoel van zelfvertrouwen en eigenwaarde.

De processen van het nadenken, strategieën ontwikkelen en problemen oplossen helpen het brein om flexibel te blijven, iets wat met het ouder worden steeds belangrijker wordt. Het gaat er niet om dat u dit perfect doet, de beste bent of wint, maar dat u de uitdaging aangaat. Iedere bridgeslag of elke oplossing van een puzzel is een overwinning voor uw hersenen.

Daarnaast biedt de uitdaging van denksporten ook sociale voordelen. Het samenspel en de interactie met anderen houden niet alleen uw geest scherp, maar zorgen ook voor verbinding en plezier.

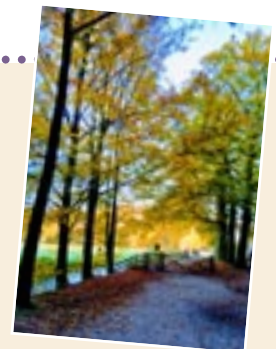
Jezelf blijven uitdagen met bijvoorbeeld bridge is de sleutel tot vitaal en betekenisvol ouder worden. Door uw brein actief te houden, investeert u in een toekomst waarin u niet alleen langer leeft, maar daar ook beter van kunt genieten.

Mark Foekema

## Samen-Welzijn is ook te lezen op internet

Wist u dat u Samen-Welzijn ook kunt lezen op internet?  
Dat kan door het volgende traject te volgen:

Ga naar <https://stichting-pulse.nl/sociale-activering/>



**Roskam Royal:**  
*restauratie · renovatie · herstoffering*

Een nieuw leven voor uw favoriete meubelstuk met behoud van karakter en sfeer. Van kleine reparaties tot een volledige herstoffering. In onze eigen meubelmakerij is alles naar uw wens te realiseren. Welkom bij Roskam Royal!



# ROSKAM

*Royal*

*ambachtelijke kwaliteit voor uw interieur*

Noord IJsseldijk 53 - 3402 PG IJsselstein (Utr.)  
06 512 595 32 - [info@roskamroyal.nl](mailto:info@roskamroyal.nl)  
[www.roskammeubelen.nl](http://www.roskammeubelen.nl)



*Uw wens onze zorg!*

WWW.ZORGPLATFORM-GERANOS.NL  
Postbus 257, 3400 AG IJsselstein • (030) 687 70 55 • [info@geranos.nl](mailto:info@geranos.nl)



# ONTDEKKEN ONTMOETEN

## Ontdek de rijke geschiedenis van IJsselstein

Elk moment van het jaar is er wat te beleven in IJsselstein. Maak kennis met onze stad, met ruim 700 jaar rijke geschiedenis en met kunst en cultuur in overvloed. Combineer een bezoek aan het museum of een monument met een rustmomentje bij de lokale horeca of laat je verrassen door muziek in het theater, in het café, in de kerk of op straat. Of je nu alleen komt, met vrienden of met de kids, er is altijd iets te beleven. Zie je in IJsselstein!

## Zien, doen en beleven

Wist je dat onze gidsen ook een rijke kennis bezitten over de architectuur en historie van de monumenten? Tijdens een rondleiding hoor je deze verhalen en meer.

## Op pad met een gids

Op dinsdag 29 oktober, 26 november en 17 december zijn er verlichte stadswandelingen met gids gepland langs de bijzondere, uitgelichte monumenten in de binnenstad van IJsselstein.



BERNARD BROSI

## Verhalen op het water

Je kunt ook kiezen voor een lunchvaartocht, een Vestingvaart, een rondvaart door de stadsgrachten of een kindervertelvaart (in de herfstvakantie). Zo zie je IJsselstein eens vanaf een andere kant en de schippers hebben ook genoeg te vertellen. Het vaarseizoen van Stichting Yselvaert loopt tot 3 november.



RONALD MOLEGRAAF

## Zelf kunst ontdekken

Het Rondje Kunst op Straat is een leuke fietsroute (of lange wandeling) van 12 kilometer langs kunstwerken in de openbare ruimte van IJsselstein. De route gaat door de mooie, historische binnenstad en door verschillende wijken. De kunstwerken vertellen vaak ook iets over de plaats



ANGELIQUE VAN LIEROP

waar ze staan of over de geschiedenis of tradities van IJsselstein. Soms herinneren ze ons aan gebeurtenissen of zetten ons aan het denken. De audiotour is gratis te downloaden via de IZI.travel app op je telefoon.

## Bewonderen, bekijken en meedoen

### CultiTijd

Dit jaar organiseert de gemeente IJsselstein samen met het culturele veld voor de tweede keer CultiTijd. Nog de hele maand september kun je proeven van alles wat IJsselstein op cultureel gebied te bieden heeft. Kom je dansen, zingen, muziek maken, kunst proeven en theater beleven? En natuurlijk kun je ook het hele najaar genieten van culturele activiteiten in IJsselstein.



BERNARD DE PRINS

## Evenementen voor in de agenda

- |                                  |   |
|----------------------------------|---|
| <b>29 september</b>              | Koopzondag met Proef IJsselstein                        |
| <b>t/m 29 september</b>          | Tentoonstelling 'Verbonden Stad' bij Museum IJsselstein |
| <b>4-6 oktober</b>               | Circus Freiwald   |
| <b>5 oktober</b>                 | Jan van Woudenberg live                                 |
| <b>23 november</b>               | Sinterklaasintocht                                      |
| <b>7 december</b>                | Winterfair en ontsteking Grootste Kerstboom             |
| <b>Elke vrijdag</b>              | Weekmarkt in de binnenstad                              |
| <b>Eerste zaterdag v/d maand</b> | Half uurtje Bach in de Oude Nicolaaskerk (vanaf okt.)   |
| <b>Elke zaterdag en zondag</b>   | Rondvaart door de stadsgracht (tijdens vaarseizoen)     |
| <b>Laatste zondag v/d maand</b>  | Koopzondag  |

*Wijzigingen voorbehouden.*



SCAN DE QR-CODE VOOR ACTUELE INFO EN MEER TIPS

Je ontmoet elkaar in **IJsselstein** sin. 85 1340

INIJSSELSTEIN.NL - INFO@UITINIJSSELSTEIN.NL - 030 688 72 73

*AxionContinu is gespecialiseerd in ondersteuning van mensen met een zorgvraag op het gebied van wonen, zorg en revalidatie in de regio Utrecht.*

**U kunt bij ons terecht voor:**

- Wijkverpleging
- Dagopvang
- Hulp bij dementie
- Huishoudelijke hulp
- Personalarmering
- Hospice

**Onze woonzorgcentra in IJsselstein en Lopik:**

- Mariënstein
- IJsselwaarde
- De Schutse



Servicebureau AxionContinu  
030 - 282 22 77

[servicebureau@axioncontinuu.nl](mailto:servicebureau@axioncontinuu.nl)  
[www.axioncontinuu.nl](http://www.axioncontinuu.nl)



**Axioncontinuu**  
wonen, zorg en revalidatie

**BLOKHUIS  
DUINSTR**  
NOTARISKANTOOR



mr. T. Duinstra:

*'Het juiste levenstestament en testament ontzorgt'*

Poortdijk 30, 3402 BS IJsselstein • Postbus 319, 3400 AH IJsselstein

E [notarissen@blokhuisenduinstra.nl](mailto:notarissen@blokhuisenduinstra.nl) • T 030 688 1212  
[www.blokhuisenduinstra.nl](http://www.blokhuisenduinstra.nl)

Openingstijden: het kantoor is op werkdagen geopend van 09.00 uur tot 17.00 uur

# De Cirkel Uitvaartverzorging

Marte Brouwer  
06-29 58 33 06

[info@decirkel-uitvaartverzorging.nl](mailto:info@decirkel-uitvaartverzorging.nl)  
[www.decirkel-uitvaartverzorging.nl](http://www.decirkel-uitvaartverzorging.nl)



## Krachtig Ouder Worden

### Gesprek met KEES DUIJVELAAR, voorzitter van KBO IJsselstein-Lopik

Over: 'Krachtig Ouder Worden', betaalbare woningen voor ouderen en wegnemen belemmerende regels voor alternatieve woonwensen, de KBO als belangenbehartiger, maar ook als dienstverlener en organisator van activiteiten en met een oproep aan jonge senioren, die maatschappelijk actief willen zijn.

Dit voorjaar heeft de KBO haar visie over beleid voor de toekomst neergelegd in de nota 'Krachtig Ouder Worden'. Met Kees Duijvelaar spreek ik over een aantal belangrijke onderwerpen uit die nota.

"De titel 'Krachtig Ouder Worden' is ontleend aan de oproep van de overheid aan jonge senioren om tijdig na te denken over hun toekomst", aldus Kees. "Praat vandaag over morgen, met elkaar. Over waar en hoe je wilt wonen. Over zorg die je in de toekomst wellicht nodig hebt. Over eventuele aanpassingen in de woning. Oriënteer je op wat financieel mogelijk en haalbaar is. KBO IJsselstein-Lopik biedt senioren een forum waar je met leeftijdsgenoten en deskundigen in gesprek kunt komen over deze en andere onderwerpen die senioren raken – ook de jongere senioren. Wij bepleiten hun belangen bij de gemeente en de plaatselijke zorg-, welzijns- en huisvestingsorganisaties."

Belangrijk nieuws dit voorjaar is de door de gemeenteraad van IJsselstein vastgestelde 'Woon/Zorgvisie 2023-2034', waar de KBO een stevige inbreng bij heeft gehad. "Het staat nou wel mooi op papier, maar nu gaat het om de uitvoering. In 2023 zijn er in IJsselstein geen woningen bij gekomen, waardoor de al bestaande achterstand verder oploopt", verzucht Kees. "Wij dringen er steeds op aan locaties aan te wijzen waar met voorrang wordt gebouwd voor senioren. Zoals Hans Adriani (voormalig wethouder in Nieuwegein en bestuurlijk aanjager van het aanjaagteam Wonen Welzijn Zorg voor Ouderen) steeds zegt: bouw je voor oud, dan zit je nooit fout. Want één seniorenwoning levert tot wel zeven verhuisbewegingen in de keten op. En dat is goed voor andere categorieën woningzoekenden: gezinnen, starters en statushouders. "Dan", zegt Kees "kan de woningmarkt, die nu volledig op slot zit, in beweging komen en dat is dringend nodig, niet alleen voor de ouderen, maar zeker ook voor de jongeren die veel te lang moeten wachten op een woning en om die reden soms wegtrekken uit IJsselstein. Nieuwe woningen voor ouderen moeten bij voorkeur dicht bij de zorg- en welzijns- en mobiliteitsvoorzieningen worden gebouwd. Daarom pleit de KBO voor snelle ontwikkeling van het gebied Paardenveld-Noord en een deel van het Podium.

Naar onze mening kan daarmee op korte termijn een eerste stap worden gezet. Daarnaast is het van belang dat regels, die nu het splitsen of aanpassen van woningen belemmeren, worden geschrapt."

Er staan in de nota van de KBO nog meer punten over wat belangrijk is als het om de kwaliteit van leven van ouderen gaat. Denk aan welzijnsvoorzieningen, winkels voor de dagelijkse boodschappen en sociaal-culturele voorzieningen dicht bij huis. Goede verbindingen van bus en tram met voldoende frequentie ook in de avonden, veilige en brede, goed verlichte stoepen en fietspaden, zodat de ouderen mobiel kunnen blijven zolang als ze willen en kunnen.

De KBO heeft haar leden veel te bieden, dat blijkt wel uit de KBO-pagina's in Samen-Welzijn. "Een groot deel van de activiteiten is voor iedereen toegankelijk, dus ook voor niet-leden. Onze maandelijkse borrel in het theatercafé van het Fulcotheater is daar een goed voorbeeld van. Daarmee bevorderen we sociale contacten, een beetje 'omzien naar elkaar'. Ook de wandelingen, fietstochten, vakanties en uitstapjes zijn mede bedoeld als middel om eenzaamheid tegen te gaan. En zo horen wij wat er leeft onder onze senioren", aldus Kees, die inmiddels zo'n zes jaar voorzitter is.

"Het voorzitterschap kost best veel tijd en energie, maar geeft ook heel veel voldoening. Vooral omdat we binnen ons bestuur en met tientallen vrijwilligers heel prettig samenwerken. Dat moet zo blijven, ook nu er nieuwe uitdagingen op ons afkomen. We moeten de jonge senioren zien te bereiken. We krijgen te maken met financiële en personele tekorten in de zorg- en welzijnsvoorzieningen. Onze rol van 'voorportaal' wordt



## Denksport goed voor oud én jong

DOSSIER

### Interview met Ed Kok, damclub Zenderstad

In de uitgave van juni was het thema topsport, speciaal fysieke sporten en gericht op senioren. In deze uitgave gaat het om denksporten, die je kunt beoefenen op alle leeftijden en zonder dat het erg veel fysieke inspanning kost.

Prof. Erik Scherder leert ons in de vorige uitgave dat niet alleen fysiek sporten belangrijk is, maar dat juist je hersenen actief laten zijn goed is om ze gezond te houden en aftakeling zo lang mogelijk buiten de deur te houden.

Daarom is mij gevraagd op zoek te gaan naar beoefenaren van denksporten en kwam ik allereerst terecht bij Ed Kok, voorzitter van DAMCLUB ZENDERSTAD, een van de



grotere damclubs in de provincie Utrecht. De club bestaat al ruim 60 jaar, is mede opgericht door de onlangs overleden Ton Vink, die al die jaren een grote stimulator van de damclub is geweest. De club telt op dit moment 35 leden, maar nieuwe leden zijn welkom.

Er wordt deelgenomen aan de competitie in de provincie Utrecht met drie 4-tallen en ze zijn drie jaar achtereen kampioen geworden. Landelijk wordt met een 8-tal deelgenomen aan de competitie en juist dit jaar zijn ze daar gepromoveerd. De spelers komen uit verschillende plaatsen, maar doen hier als een vriendenteam mee aan de competitie. Een van de bekendste leden is Laura Timmerman, tegenwoordig wonend in Amersfoort, maar 20 jaar geleden begonnen bij Damclub Zenderstad en nu Nederlands kampioen bij de dames. Ze speelt nog altijd voor haar oude club in IJsselstein.

Een belangrijk evenement dat door Damclub Zenderstad wordt georganiseerd samen met sponsor Heritage Auctions Europe – bekend van de recente veiling van het kwartje uit 1891 met een beeltenis van de jonge Wilhelmina dat ruim € 1 miljoen opbracht – is het Heritage Open Sneldam toernooi, dat op 28 juli jl. voor de derde keer is gehouden. Deelnemers uit het hele land kwamen hier strijden in diverse categorieën voor leuke geldprijzen en met als afsluiting voor de liefhebbers een gezellige en overheerlijke barbecue.

Kortom, de damclub is een bruisende club met als vaste clubavond de dinsdag vanaf 19.30 uur in de Oase, waar je van harte welkom bent om eens kennis te maken en te kijken of dammen iets voor jou is.

11 belangrijker. Ook bestuursleden worden elk jaar ouder en daarom roepen we jonge senioren, die op enigerlei wijze maatschappelijk actief en dienstbaar willen zijn, op om binnen onze vereniging actief te worden. Het bestuur komt graag in contact met leden die, nu of op termijn, een functie in het bestuur willen vervullen”.

Kees wijst nog op de oproep die elders in deze Samen-Welzijn te vinden is en daarmee ronden wij ons prettige gesprek af.

*In Samen-Welzijn geeft de KBO elk kwartaal een overzicht van diensten en activiteiten voor leden en niet-leden.*

Voor meer informatie: ga je naar

🌐 [www.kboprovincieutrecht.nl/afdelingen/ijsselstein/](http://www.kboprovincieutrecht.nl/afdelingen/ijsselstein/) of  
kijk je op facebook pagina :

🌐 [www.facebook.com/KBOIJsselstein](https://www.facebook.com/KBOIJsselstein).

**INLEVEREN KOPIJ VOOR SAMEN-WELZIJN DECEMBER 2024**

Tot uiterlijk maandag 11 november 2024 kunt u kopij inleveren bij de redactie

✉ [kopijgids@stichting-pulse.nl](mailto:kopijgids@stichting-pulse.nl)

## Mahjong: het spel der duizend wonderen

DOSSIER

Mijn volgende bezoek is aan Cees van den Brink, de vormgever van het mooie blad dat je nu aan het lezen bent. Ik wil hem spreken over de denksport MAHJONG en de Japanse variant daarvan RIICHI.

Hij laat mij allereerst zijn werkkamer zien op zolder, waar hij als ervaren graficus, op diverse beeldschermen bezig is om het blad SAMEN-WELZIJN, zoals de voormalige Groene Gids nu heet, elk kwartaal weer vorm te geven op een creatieve en aantrekkelijke manier, waardoor de leesbaarheid bevorderd wordt.

Maar daar kwam ik niet voor en dus nu verder over Mahjong en Riichi. Volgens een artikel in het Brabants Dagblad van een paar jaar geleden kun je het "een soort rummikub noemen maar dan met veel ingewikkelder regels". Het komt uit China en Japan en wordt daar ook professioneel beoefend. Het wordt ook "Het spel der duizend wonderen genoemd" en is zowel een denksport als een gezelschapsspel. Op de stenen van het spel staan prachtige afbeeldingen, kleurrijk en met heel verschillende betekenissen. Voor een leek als ik ziet dat er allemaal heel ingewikkeld uit, maar voor Cees als ervaren, enthousiaste speler is dat natuurlijk alleen maar mooi. Op bijgaande foto's kunnen jullie zien wat ik bedoel. Wat de regels allemaal zijn en wat precies het doel van het spel is kan ik niet vertellen. Daarvoor moet je bij Cees of



waren en 4 dagen achtereen gespeeld werd. In de eerste partij speelde Cees tegen de wereldkampioen uit Japan.

Omdat Cees (toen 76 jaar) de oudste deelnemer was toonde deze wereldkampioen zijn respect voor hem door op zijn Japans een diepe buiging voor hem te maken. Het volgende EK is 6 december 2024 in Valencia. Hoewel Cees zich daarvoor al gekwalificeerd heeft, is het niet zeker of hij kan deelnemen i.v.m. zijn persoonlijke omstandigheden. Voor de wereldkampioenschappen, die in 2025 in Japan worden gehouden worden nog kwalificatiewedstrijden gehouden en de beste 12 spelers mogen daar heen. Kortom: dit is echt topsport.

Maar zoals al gezegd, het is ook een gezelschapsspel en het wordt heel veel bij mensen thuis gespeeld. Cees speelt samen met zijn vrouw nationale en internationale wedstrijden, voornamelijk Riichi. Soms komen mensen uit alle windstreken van het land bij elkaar. Bij Cees zijn dat b.v. mensen uit Oss, Ridderkerk en Veenhuizen. "Je houdt er vrienden aan over", aldus Cees. "Eerst samen uren lang Riichi spelen en dan lekker eten, dat is het mooiste wat er is". Met zijn 81 jaar is Cees vast een van de oudste beoefenaren van dit spel, maar zijn enthousiasme is nog steeds ongelooflijk, wat ook zichtbaar is aan de manier waarop hij een enorme hoeveelheid informatie over mij uitstort. Het duizelt mij zelfs en ik sluit ons gesprek af met de belofte aan Cees, dat ik mijn uiterste best zal doen er iets begrijpelijks en leesbaars van te maken, zodat zijn enthousiasme ook bij de lezers overkomt.

Ik hoop dat het een beetje gelukt is en je misschien zelfs zin krijgt om er meer van te willen weten. Ga dan op dinsdagmiddag of donderdagavond naar een van de IJsselsteinse Mahjongclubs.



bij de IJsselsteinse Mahjongclubs zijn. Bij de Nederlandse Mahjong Bond zijn 28 landelijke clubs aangesloten. In IJsselstein is er de club De Negen Poorten, die haar thuisbasis heeft in het Fulco, waar donderdag vanaf 19.30 uur de vaste speelavond is. Ook in de Oase is een clubje actief met vooral senioren en wordt gespeeld op dinsdag-/ donderdagmiddag vanaf 13.30 uur. Als je wilt kennismaken met het spel dan ben je op die tijden van harte welkom.

Cees heeft in 2019 meegedaan aan het Europees Kampioenschap Riichi in Rosmalen, waar 140 deelnemers



DE RODE DRAAK  
ZOEK DE VERSCHILLEN



## Bridge is een strategisch en sociaal spel

DOSSIER

Bridge is afgeleid van Whist, een kaartspel dat ontstaan is in de 17de eeuw en erg in de mode was bij de Engelse adel van die tijd. Bridge is een strategisch en sociaal kaartspel dat veel denkwerk vergt. Het vereist concentratie, logisch denken en goede samenwerking tussen de partners. De Seniorenbridgeclub, die ongeveer 40 leden telt, speelt iedere donderdagmiddag in de Oase, zo vertelt Lies van der Touw. De middag duurt van 13.30 uur tot 16.30 uur, onderbroken door 15 minuten pauze. Veel leden komen uit de directe omgeving. Ook voor mensen met een beperking is dit een geschikte sport in een ontspannen sfeer. Bovendien is het een goede hersentraining.



Vervoer naar de Oase en terug is mogelijk met de Pulse Pendel of de Gouden Koets.

Het lidmaatschap kost 70 € per jaar per persoon. Er wordt géén zomerstop gehouden. Het is altijd mogelijk om eens als paar te komen meespelen om de sfeer te proeven of om een saaie middag gezellig in te vullen. (Kosten 5 € per paar).

Bridge wordt gespeeld met vier personen (twee tegen twee) en 52 kaarten. Tijdens het spelen legt iedere speler om de beurt een kaart op tafel. Deze vier kaarten samen noemen we een slag. Vooraf stel je voor jezelf vast hoeveel slagen je denkt te winnen.

Men speelt altijd met een vaste partner, echtparen kunnen bijvoorbeeld samen spelen.

Als één van de partners verhinderd is, wordt er een andere speler ingezet.

Een bridgespel bestaat uit twee delen: het bieden en het spelen. Men kan een troef-centraal contract spelen (10 slagen) of een sans-atout contract (9 slagen).

Het is een leuke groep, die naast de spelmiddagen éénmaal per jaar met elkaar uit eten gaat.

Er heerst een gezellige sfeer. Nieuwe leden zijn van harte welkom.

Als u de basiskennis van bridge beheerst kunt u zich aanmelden bij:

Arend den Harder, voorzitter ☎ 06 – 337 373 95 of

Lies van der Touw, secretaresse

☎ 06 – 444 388 24



### MAAK KENNIS MET CERCLE DE PETANQUE - DE JEU DE BOULES-VERENIGING VAN IJSELSTEIN

Nu de zomervakantie weer achter de rug is en u misschien op de camping een spelletje Jeu de Boules heeft gespeeld en dat toch wel erg leuk vond, is het mogelijk om bij de Jeu de Boules-club Cercle de Petanque IJsselstein een balletje te gooien.

Cercle is opgericht in 1978 en heeft vorig jaar haar 45-jarig bestaan gevierd.

De vereniging heeft rond de 90 leden, die wekelijks zowel recreatief als in competitieverband spelen.

Op Sportpark IJsseloever hebben zij een mooie locatie met verschillende speelvelden.

Er is een grote parkeerplaats, waar gratis kan worden geparkeerd.

Het hele jaar door wordt er buiten gespeeld op dinsdagavond om 19.30 uur, woensdagochtend om 10.00 uur, zaterdag- en zondagmiddag om 13.00 uur. Van eind oktober t/m maart is er op de dinsdagavond een hal in Nieuwegein beschikbaar waar gespeeld kan worden.

Verder organiseert de wedstrijdcommissie diverse (onderlinge) toernooien, waar je je voor kunt inschrijven om daaraan deel te nemen, denk aan bijvoorbeeld diverse Clubkampioenschappen, Voorjaars-, Langste dag-, Na-jaars-, Kortste dag-toernooi, maar ook toernooien met deelnemers van andere verenigingen, zoals de Drie Clubontmoeting, het Apeluiders-, IJsseloever-, Man en Vrouw-toernooi en zo zijn er nog veel meer toernooien op te noemen.

Competitiespelers kunnen via inschrijving meedoen aan de verschillende competities van de Nederlandse Jeu de Boules Bond (NJBB).

Wist u dat het mogelijk is om 3x gratis een keertje een balletje te gooien op onze clubdagen? Heeft u zelf geen boules, geen probleem, deze leent u dan van de vereniging.

Wilt u een keer meespelen, dan wordt u een kwartier voor aanvang verwacht.

Kijk voor meer informatie gerust op onze website

🌐 [www.cercle-de-petanque.nl](http://www.cercle-de-petanque.nl)

of stuur een email naar

✉ [cercle.wedstrijdzaken@gmail.com](mailto:cercle.wedstrijdzaken@gmail.com).

## Schrijver Levensboeken gezocht

Het levensboek is een boek over het leven, belangrijke gebeurtenissen en ervaringen, afgewisseld met het alledaagse uit vroeger tijden. Om vast te leggen wat er toen was en nu niet meer is.

So gaan levensgeschiedenissen niet verloren!

Ben jij een goede luisteraar en kun je verhalen op een mooie manier op papier zetten?

Wij zijn op zoek naar iemand die persoonlijke levensverhalen kan omzetten in een boek.

Gedurende ongeveer een jaar voer je meerdere gesprekken met iemand die zijn of haar levensverhaal wil vertellen. Jij brengt dit verhaal tot leven op papier.

### Verwachting

Het schrijven van een levensboek neemt ongeveer één jaar in beslag.

Wanneer je afspreekt met de verteller en de schrijfmomenten bepaal je uiteraard zelf.

Binnen een jaar heb je meerdere afspraken (gemiddeld 8), waarbij een persoon zijn of haar levensverhaal aan je vertelt. Naast de geschreven tekst komen in het boek ook foto's en afbeeldingen.

Deze worden door de vormgever toegevoegd. Zodra het boek in concept afgerond is, gaat een andere schrijver het lezen voor eventuele correcties. Vervolgens wordt het boek gedrukt.

De officiële uitreiking is een feestelijk moment voor de verteller en een aantal genodigden en uiteraard ben jij hier ook bij. Het Levensboek is niet bestemd voor commerciële doeleinden.

### Functie-eisen

Als schrijver hoef je geen journalistieke achtergrond te hebben. Een goede beheersing in woord en geschrift van de Nederlandse taal is wel belangrijk.

Verder zijn het hebben van een luisterend oor en oprechte interesse goede eigenschappen.

**Ook zoeken wij nog vertellers! Meer weten? Neem dan contact op met Mandy.**



info bij de coördinator van Levensboeken  
Mandy van der Linden ☎ 030 - 68 68 030  
✉ [m.vanderlinden@stichting-pulse.nl](mailto:m.vanderlinden@stichting-pulse.nl)

# IJSSELSTEIN

# VOOR ELKAAR

Vrijwilligerscentrale IJsselstein & Lopik heet per 18 oktober IJsselsteinvoreelkaar en werkt voor inwoners en maatschappelijke organisaties uit IJsselstein.

Informatie over vrijwilligerswerk en vacatures vind je vanaf dat moment op: [www.ijsselsteinvoreelkaar.nl](http://www.ijsselsteinvoreelkaar.nl)



Senioren voelen zich thuis bij de KBO. De letter K van KBO herinnert nog aan onze katholieke oorsprong, maar staat nu vooral voor Krachtig. Wij maken ons sterk voor een samenleving waarin senioren volwaardig kunnen meedoen en mensen omzien naar elkaar. Voor senioren van vandaag en morgen. Dat doen we vanuit zes thema's: Wonen, Welzijn en Zorg, Veiligheid, Koopkracht, Digitalisering en Zingeving. Iedereen heeft zo zijn eigen reden om lid te zijn. De één vindt het belangrijk dat de belangen van de senioren goed worden behandeld, de ander gaat vooral voor de vele voordelen die de KBO biedt.

Leden van de KBO ontvangen 11 keer per jaar het magazine ONS, samen met de nieuwsbrief van de afdeling. De KBO afdeling IJsselstein, Lopik e.o. telt zo'n 700 leden.

**Krachtig ouder worden? Steun KBO IJsselstein-Lopik e.o. en word lid!**

- gratis proeflidmaatschap en proefabonnement op het magazine ONS
- ledenvoordeel
- gezellige en nuttige bijeenkomsten en activiteiten

**Ben je al lid? Word actief en meld je aan voor een functie als**

- belastinghulp
- activiteitenbegeleider
- ouderenadviseur

**Heb je affiniteit met bestuur? Denk eens na over een bestuursfunctie!**

- meedenken en meepraten over het ouderen-



beleid

- laat je uitnodigen voor een gesprek met een van de bestuursleden.

**Neem contact op**

met onze voorzitter Kees Duijvelaar, telefoon 06-54 76 67 45 of mail naar onze secretaris Marie Schras ✉ [secretariskboijs@kpnmail.nl](mailto:secretariskboijs@kpnmail.nl)

**Wat doen wij als KBO afdeling IJsselstein, Lopik e.o.?**

- Onze belastinghulp (Huba's) helpen u graag bij het invullen van uw belastingpapieren.
- Onze ouderenadviseurs (OA's) bieden u een luisterend oor bij problemen van allerlei aard en kunnen u bijvoorbeeld helpen bij de aanvraag van sociale voorzieningen.
- Onze gesprekspartner KBO biedt mensen ondersteuning die behoefte hebben aan een betekenisvol gesprek. Gesprekken over wat u bezighoudt, waar u van wakker ligt.
- Onze KBO afdeling heeft verschillende commissies die van alles organiseren, zoals de jaarlijkse vakantieweek, spellenmiddagen, bingo, fietsmiddagen, wandelochtenden, muziekochtenden, dagjes uit, vrijdagmiddagborrel, etentjes, kerst- en nieuwjaarsbijeenkomsten, modeshows, themamiddagen en nog veel meer.
- Er zijn tablet- en iPadcursussen en wij helpen u graag bij computerproblemen.

**Vrijdagmiddagborrel in het Grand Café van het Fulcotheater op de tweede vrijdag van de maand**

Van 16.00 tot 17.30 uur. Voor leden en belangstellenden. Consumpties betaalt u zelf.

Het etentje na afloop is alleen voor KBO-leden.

**Spellenmiddagen in de OASE op de eerste dinsdag van de maand.**

Aanvang: 13.30 uur. Zaal open 13.00 uur. Entree € 2,50 p.p., incl. een kopje koffie of thee.

*Op de foto het bestuur, v.l.n.r. zittend: Loes van Vliet, secretaris Marie Schras, voorzitter Kees Duijvelaar en Tineke van Merm, communicatie en PR. Staand: Els Hartog, Mary Jutte, penningmeester Joop van Ewijk en notuliste Ans Hazelager. Foto: Fototeam KenM*



**Informatie:** Piet en Sonja Tammer,  
✉ [piettammer49@gmail.com](mailto:piettammer49@gmail.com)  
of ☎ 030 - 688 1173.

### **Bingomiddagen in de OASE**

Dinsdag 12 november. Aanvang 13.30 uur. Zaal open 13.00 uur. Entree € 5,-- , incl. kopje koffie of thee.

Informatie: Bianca van Doorn,  
☎ 06 - 31 69 18 75  
✉ [domusje@hotmail.com](mailto:domusje@hotmail.com) en bij Sonja Tammer, ☎ 030 - 688 1173,  
📧 [piettammer49@gmail.com](mailto:piettammer49@gmail.com)



Aanmelden vooraf is prettig voor de organisatie.

### **Filmmiddagen voor senioren in de bioscoop van het Fulcotheater i.s.m. met de KBO**

Meestal op de derde donderdag van de maand. Ook voor niet-leden van de KBO. Iedereen is welkom!

Aanvang om 14.00 uur. Het 'Fulco' biedt u een kopje koffie of thee aan met wat lekkers.

Informatie over exacte data en reservering: [www.fulcotheater.nl](http://www.fulcotheater.nl)

### **Wandelen met de KBO op iedere dinsdagmorgen**

Even uitwaaien, een frisse neus halen. We vertrekken exact om 10.30 uur vanaf het Fulcotheater. Onderweg of na afloop drinken we een kopje koffie (voor eigen rekening). Het gaat niet om het aantal kilometers maar om de gezelligheid. Aanmelden vooraf is niet nodig. Iedereen is welkom.

### **Koffieochtend op de laatste woensdag van de maand**

In het Grand Café van het Fulcotheater om 10.30 uur. Een kopje koffie drinken en kennis maken met elkaar. Kom gewoon eens langs, ook wanneer u geen lid bent van de KBO.

### **Muzikale Notenmix**

We starten het nieuwe seizoen op 14 oktober met de Nelson Mis van Haydn en maken ook een uitstapje naar het Gloria van Vivaldi. Deze werken worden door de COV IJsselstein op 8 november



uitgevoerd in de Basiliek. Verder op 11 november en 9 december. Altijd met verrassende thema's die wij publiceren op onze website.

Locatie: De Oase. Van 10.45 tot 12.15 uur.

Entree € 5,-- excl. kopje koffie of thee.

Informatie: Tineke van Merm,

📧 [communicatiekbo@kpnmail.nl](mailto:communicatiekbo@kpnmail.nl) of  
☎ 06 - 81 12 89 01.

### **RABO Clubsupport**

Onze KBO afdeling doet ook dit jaar mee aan Rabo ClubSupport. Leden van de bank kunnen stemmen op de verenigingen of stichtingen die zij een warm hart toedragen. Dit kan van 2 t/m 24 september 2024.

### **Vriendenloterij**

KBO afdeling IJsselstein, Lopik e.o. is partner geworden van de Vriendenloterij. Wanneer u meespeelt kunt u onze KBO aanmelden als goed doel. U belt daarvoor

☎ 088-0201 020. Wij zijn als KBO geregistreerd onder nummer 21605. Komt u er niet uit, bel dan even met Tineke:

☎ 06-81 12 89 01.

### **KBO - afdeling IJsselstein, Lopik e.o.**

#### **Secretariaat en Ledenadministratie:**

Marie Schras, Ringoven 16,  
3402 SB IJsselstein.

☎ 06-22 81 37 02,

📧 [secretariskboijs@kpnmail.nl](mailto:secretariskboijs@kpnmail.nl)

Digitaal aanmelden lidmaatschap:

🌐 <https://www.kboprovincieutrecht.nl/afdelingen/ijsselstein/lid-woorden>

De contributie bedraagt met ingang van 1 januari 2024 € 30,-- per persoon per jaar.

**Servicelijn:** Voor algemene vragen belt u met onze servicelijn

☎ 06 - 81 12 89 01

### **Deelname aan KBO activiteiten is altijd op eigen risico.**

U vindt ons op 🌐 <https://www.kboprovincieutrecht.nl/afdelingen/ijsselstein>

Volg ons ook op Facebook:

🌐 <https://www.facebook.com/KBOIJsselstein>

Onze activiteiten staan veelal ook in Het Kontakt/Zenderstreek op de pagina "Vrije Tijd".

**Fysiomotive... motiveert tot goed bewegen!**

Wist u dat wij een beweegprogramma hebben voor ouderen.  
Lekker actief en reuze gezellig.  
Bel gerust even....



**fysiomotive**

Manuele therapie, Fysiotherapie, Hand Therapie,  
Craniofasciale therapie

Marinus Vermeerplein 2, 3402 HZ IJsselstein  
T: 030 26 58 236 | M: 06 106 222 08  
E: info@fysiomotive.nl | W: www.fysiomotive.nl

**Fruitteeltbedrijf  
Nieuwhoff**

*Fruit uit  
eigen boomgaard*



Hoogland 19, IJsselstein

Openingstijden:

ma., wo., do. en vrij. van 13.00-17.00 uur

Zaterdag van 09.00-16.00 uur



WIEGAND  
BRUSS  
OPTIEK

Wanneer zijn uw ogen  
voor het laatst gecontroleerd?

Bel voor een afspraak 030-688 1916

Utrechtsestraat 64 IJsselstein  
[www.wiegandbruss.nl](http://www.wiegandbruss.nl)

U kunt altijd  
even bij ons  
binnenlopen

..... voor kleine en grote  
vragen over medicatie,  
of voor een zelfzorgadvies.

Wij helpen u graag!



**Service  
Apotheek**

**Apotheek Zenderpark**  
Persoonlijk, Deskundig en Vertrouwd



Tiranastraat 1, 3401 CJ IJsselstein  
030-6868666

[info@apotheekezenderpark.nl](mailto:info@apotheekezenderpark.nl)  
[www.apotheekezenderpark.nl](http://www.apotheekezenderpark.nl)

## Denksporten zijn goed voor je brein

DOSSIER



**E**EN GEZONDE leefstijl is in de afgelopen jaren uitgegroeid tot een nieuw medicijn.

U kunt daarbij aan verschillende dingen denken, zoals eetgewoonten, voldoende slaap, ontspanning en beweging, verminderen van stress. Dit kan helpen om

een gezonde leefstijl te creëren.

Advies bij overgewicht, stoppen met roken, suikerziekte en hoge bloeddruk kan ook in de apotheek gegeven worden. Wij kunnen u advies geven en contact leggen met de juiste zorgverleners. Ook kunnen wij zien welke medicatie mogelijk een bijwerking veroorzaakt, waardoor u beperkt wordt om een gezonde leefstijl te creëren.

Naast beweging en echt lichamelijk actief zijn, is sporten in de vorm van denksporten positief voor uw leefstijl en gezondheid. Uw brein wordt getraind en geprikkeld.

Soms kan het zijn dat medicatie uw lijf suf maakt en u zich mogelijk suf voelt. Dit kan invloed hebben op uw brein en uw activiteiten gedurende de dag, maar ook tijdens het uitvoeren van denksporten bijvoorbeeld.

Mocht u ervaren dat u suf bent gedurende de dag of merkt u op een andere manier dat u zich sinds uw medicatiegebruik anders voelt, dan kunnen wij met u meekijken in de apotheek.

Wellicht zijn er medicijnen in gebruik die dit veroorzaken, dan kunnen we dit oplossen of advies geven wanneer de medicatie op de dag in te nemen.

Eerder is al besproken dat medicatie lichamelijke activiteit kan beïnvloeden. Mocht u hier vragen over hebben, kunt u deze natuurlijk ook altijd stellen.

Mocht u meer informatie willen of een afspraak willen maken, neemt u dan contact op met de apotheek. Dit kan

via ☎ 030 - 68 68 666 of via  
✉ [info@apotheekzenderpark.nl](mailto:info@apotheekzenderpark.nl)

Meer informatie over het onderwerp vindt u via:  
🌐 [www.apotheek.nl](http://www.apotheek.nl)



### SENIOREN AMUSEMENTS GROEP

## Heb je zin in ZINGEN / TONEELSPLEN ?

De SAG brengt amusement en gezelligheid bij senioren, onder andere in woonzorgcentra in IJsselstein en omgeving, door middel van een optreden met muziek, zang en sketches.

Hiervoor zijn wij op zoek naar enthousiaste mensen die het leuk vinden om één keer per week bijeen te komen om liedjes (Nederlands en buitenlands) en/of sketches in te studeren zodat we regelmatig kunnen optreden.

Wij oefenen op maandagmiddag van 13.30-16.00 uur (inclusief een koffiepauze) in wijkservicecentrum De Oase in IJsselstein.

Wilt u meer informatie of, nog leuker, een keer komen kijken en/of meedoen, neem dan contact op met:  
Marjolijn Nieuwenhuizen,  
T 06 52 43 22 90.



## Pendelen maar . . .



### Pulse Pendel IJsselstein

Vervoer van maandag t/m vrijdag van 8:30 - 17:00 uur

Wilt u mobiel blijven maar kunt u niet meer zelfstandig reizen en kan uw omgeving u hierbij niet helpen? Reis dan met de Pulse Pendel!

#### Ritprijs:

- IJsselstein - enkel/retour € 1,60 / € 3,20
- IJsselstein - 20 rittenkaart € 27,00
- Ziekenhuis Nieuwegein - enkel € 6,50
- Ziekenhuis Nieuwegein - retour € 11,00

#### De Pulse Pendel

De Pulse Pendel biedt inwoners van IJsselstein, die niet meer zelfstandig kunnen reizen, vervoer van deur tot deur. Er is geen indicatie of lidmaatschap nodig om gebruik te kunnen maken van de Pulse Pendel.

De Pulse Pendel brengt u naar alle bestemmingen binnen IJsselstein, bijvoorbeeld: naar een doktersafpraak naar familie of vrienden, een activiteit of de supermarkt. Ook verzorgt de Pulse Pendel vervoer van en naar het Sint Antonius ziekenhuis in Nieuwegein.



#### Vervoer door vrijwillige chauffeurs

Is uw afspraak buiten IJsselstein of valt hij buiten de rijtijden van de Pulse Pendel? Dan hebben wij een poule van vrijwillige chauffeurs die u met hun eigen auto kunnen brengen en halen. De kosten hiervoor bedragen € 0,35 per kilometer die u zelf aan de chauffeur betaalt. Dit is exclusief eventuele parkeerkosten.

#### Rit reserveren

U dient uiterlijk één werkdag van te voren een afspraak te maken. Bent u slecht ter been, maakt u gebruik van een rolstoel of rollator (wij vervoeren geen scootmobiel) of hebt u een begeleider die (gratis) met u meereist? Geef dit dan aan tijdens de reservering.

☎ 06 - 58 07 08 50 ☎ 030 - 68 68 030

✉ [pulsependel@stichting-pulse.nl](mailto:pulsependel@stichting-pulse.nl)

🕒 Bereikbaar maandag t/m vrijdag van 8:30 - 12:00 uur

**Bent u verhinderd? Vergeet dan niet uw rit te annuleren!**

## Vervoer buiten IJsselstein

Heeft u afspraken buiten IJsselstein, bijvoorbeeld: ziekenhuis of bezoek familie, dan hebben wij een poule van vrijwilligers die met hun eigen auto u kunnen brengen en halen.

De kosten hiervan bedragen € 0,35 per kilometer, die u zelf aan de chauffeur betaalt, dit is exclusief eventuele parkeerkosten.

Uiterlijk 3 dagen van tevoren kunt u bellen naar 06- 58 07 08 50 om de rit te reserveren.

De Pulse-Pendel is bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 8:30 – 12:00 uur.

## Vrijwilligersmarkt 18 oktober



**B**EN JIJ OP ZOEK NAAR vrijwilligerswerk, maar weet je niet zo goed waar je moet beginnen, kom dan naar de vrijwilligersmarkt op 18 oktober. Tijdens deze markt laten verschillende organisaties zien wat je bij hen kan doen, ze vertellen daar graag over. Vrijwilligerswerk is er in alle soorten en maten, er is altijd wel iets wat bij jou past.

### Praktische informatie

**Tijd: 13.30 tot 16.30 uur**

**Locatie: Bibliotheek IJsselstein**

Tijdens de markt is er tevens een feestelijke lancering van de nieuwe naam en website van de Vrijwilligerscentrale: IJsselsteinvorelkaar! Zorg dat je erbij bent!

**IJSSELSTEIN**  
**VOOR ELKAAR**

**Vrijwilligersmarkt**

*Wil jij je als vrijwilliger inzetten voor een ander?  
Kom langs en maak kennis met verschillende  
vrijwilligersorganisaties!*

**18 oktober**  
13:30 - 16:30 uur

**BIBLIOTHEEK**  
OVERTOOM 7  
IJSSELSTEIN

**IJSSELSTEIN**  
**VOOR ELKAAR**

Tijdens de vrijwilligersmarkt wordt het nieuwe online platform IJSSELSTEINVOORELKAAR gelanceerd. Het is dé nieuwe plek voor vrijwilligerswerk en buitenhulp en is onderdeel van welzijnsorganisatie Stichting Pulse.

info@vrijwilligers.nl   www.stichting-pulse.nl/vrijwilligerscentrale

## De Gouden Koets is er voor u

Met de Gouden Koets brengen wij u gratis en op tijd naar iedere bestemming binnen de gemeente IJsselstein. Een familie- of vriendenbezoek, een boodschap in de binnenstad, een bezoek aan de fysio, sportschool of naar.....?

Ons enthousiaste team zorgt voor uw vervoer.

Wij rijden van maandag t/m vrijdag van 9.30 tot 16.30 uur.  
U kunt een rit aanvragen door te bellen met ☎ 06 123 28 650.



## La Vie en Rose



Mevrouw Klein Sprokkelhorst presenteert:

### La Vie en Rose

Op zaterdagavond 14 december is mevrouw Klein Sprokkelhorst terug in de binnenstad van IJsselstein, met een opvallend en verrassend programma. Iedere locatie of straat heeft een unieke sfeer en programmering.

De hoofdstraat is voor even Rue de Rêve met de unieke surprises. In het kasteelpark staat de prachtige spiegel tent *Idolize*, ingericht als Tangosalon Argentinië. De bibliotheek wordt het Maison des Peuples Unis, een Podium Mondiale voor verbinding tussen mensen. Hier zal het multiculturele Catching Cultures Orchestra optreden.

Het Sprokkelhorstbestuur weet dat niet alle Sprokkelvrienden zo goed ter been zijn dat zij zelfstandig de 'La Vie en Rose' kunnen bezoeken. Daarom zijn er twee Pulse Pendelbusjes georganiseerd die u naar **twee voorstellingen** rijden. De voorstellingen zijn door het bestuur geselecteerd en bieden parkeermogelijkheid voor de bus.

Wanneer u gebruik wilt maken van de Pulse Pendel op 14 december a.s. wilt u dit dan doorgeven aan [secretariaat@sprokkelhorstpresenteeert.nl](mailto:secretariaat@sprokkelhorstpresenteeert.nl) Inschrijven is mogelijk tot 25 november. Laat in de mail ook **uw adres en telefoonnummer** weten zodat u thuis kunt worden opgehaald. De Pulse Pendel rijdt alleen in IJsselstein en brengt u naar dat adres ook weer terug. Of u meldt zich aan op 06-20521835 (Inge Oostrom).

Reageer snel want er zijn maar 16 plaatsen beschikbaar!

Hartelijke groet,

Namens het bestuur van de stichting mevrouw Klein Sprokkelhorst:

Jos Bol, Jantine Huizing, Joan van Vliet, Esther Molenaar, Marcel Le Febre en Inge Oostrom

**INLEVEREN KOPIJ VOOR SAMEN-WELZIJN DECEMBER 2024**

Tot uiterlijk maandag 11 november 2024 kunt u kopij inleveren bij de redactie

✉ [kopijgids@stichting-pulse.nl](mailto:kopijgids@stichting-pulse.nl)

- 22 -



## Alzheimercafé IJsselstein



**E**LKE EERSTE WOENSDAGAVOND van de maand (behalve de maanden december, januari, juli en augustus) is er een Alzheimercafé in IJsselstein. Elke maand een ander thema binnen de ziekte dementie, waarin we met elkaar in gesprek gaan, ervaringen delen en met veel informatie weer naar huis gaan. De deuren openen om 19.15 uur waar we om 19.30 uur van start gaan tot ongeveer 21.00 uur.

De toegang is gratis en u hoeft zich niet aan te melden. Het vindt plaats in de Oase, Benschopperweg 342 te IJsselstein. U kunt gehaald worden door de Pulse Pendel Bus. Wilt u meer informatie of heeft u nog vragen?

Dan kunt u contact opnemen met het Steunpunt Mantelzorg IJsselstein, ☎ 030 - 68 68 030 of mailen naar: ✉ [mantelzorg@stichting-pulse.nl](mailto:mantelzorg@stichting-pulse.nl).

## Steunpunt Mantelzorg IJsselstein

**W**ANNEER JE LANGDURIG OF intensief zorgt voor iemand, kun je zelf de behoefte krijgen aan ondersteuning. Het Steunpunt Mantelzorg is er dan voor jou!



Het Steunpunt biedt informatie en psychosociale ondersteuning aan mantelzorgers. Er worden cursussen, lotgenotencontacten, themabijeenkomsten en activiteiten georganiseerd. Het Steunpunt heeft twee mantelzorgmakelaars in dienst. De mantelzorgmakelaar kijkt samen met de mantelzorgers naar de hulpvraag, brengt overzicht aan, geeft informatie en regelt zorg (indien gewenst). Kortom, alles wat er nodig is om de mantelzorgers overeind te houden.

Heb je vragen of wil je informatie ergens over, neem dan contact op met Kitty Veldhuizen of Dafne Maaswinkel via ☎ 030 - 68 68 030 of stuur een mailtje naar: ✉ [mantelzorg@stichting-pulse.nl](mailto:mantelzorg@stichting-pulse.nl)

## Aanvragen mantelzorgwaardering 2024 in de gemeente Lopik

**voor (jonge) mantelzorgers  
(die zorgen voor iemand in de gemeenten IJsselstein  
of Lopik)**

Zorgen voor een ander is een prachtige, maar soms uitdagende taak. Mantelzorgers doen dit met zoveel liefde en toewijding en dat verdient een speciale waardering! De gemeenten IJsselstein en Lopik willen alle mantelzorgers graag bedanken met de mantelzorgwaardering als blijk van hun waardering.

Ben jij een (jonge) mantelzorgers voor iemand in IJsselstein of Lopik? Vraag dan de mantelzorgwaardering aan.

Aanmelden kan van 1 juli tot en met 30 september via [stichting-pulse.nl/mantelzorgwaardering](https://www.stichting-pulse.nl/mantelzorgwaardering). Heeft u hulp nodig of vragen? Neem dan op donderdagmorgen tussen 10 en 12 uur contact op met ☎ 030 - 68 68 030 en vraag naar het Steunpunt Mantelzorg. Zij helpen u dan verder op weg. Of stuur een mailtje naar ✉ [mantelzorg@stichting-pulse.nl](mailto:mantelzorg@stichting-pulse.nl)



# Op zoek naar gezelligheid of een beetje ondersteuning?

Bij steunpunt **De Waard** kunt u terecht voor een helpende hand of een maatje. Bij steunpunt **BuurSaam** kunt u deelnemen aan activiteiten, zoals muziekmiddagen, bingo of het wekelijkse koffie-uurtje.

*Vrijwilliger worden kan ook!*

## Steunpunt BuurSaam

Benschopperweg 14, 3401 BV IJsselstein  
In het gebouw van woonzorgcentrum Mariënstein  
Mail: [tzwambag@axioncontinu.nl](mailto:tzwambag@axioncontinu.nl)  
tel: 030- 6881714

## Steunpunt De Waard

Anna van Burenstraat 40, 3411 AK in Lopik  
In het gebouw van woonzorgcentrum De Schutse  
Mail: [hvader@axioncontinu.nl](mailto:hvader@axioncontinu.nl)  
tel. 06 5342 5466

[www.axioncontinu.nl](http://www.axioncontinu.nl)



**Axioncontinu**

wonen, zorg en revalidatie



# Appeltaartconcerten



OP ZONDAG 22 SEPTEMBER a.s. kunt u weer genieten van een mooi concert van Stichting Appeltaartconcert.

Na het concert krijgt u een kopje koffie/thee met een stukje appeltaart met slagroom.

Locatie: de Oase, Benschopperweg 342.  
Tijd: 14.30 – 16.00 uur.

Muziekgenre: Trio Lange Mannen – klassiek.

Kosten: € 5,00.

Aanmelden kan bij de receptie van de Oase.



in de Ontmoetingskerk te IJsselstein

## Klassieke muziek en appeltaart voor iedereen

In samenwerking met Stichting Appeltaartconcerten worden deze concerten georganiseerd.

**Dinsdag 15 oktober 2024**  
**Andorrastraat 2, IJsselstein**  
**Van 14.30-16.00 uur (inloop vanaf 14.00 uur)**

Op het programma staat vrolijke en intense muziek 'van Bach tot Bruch' met het pianotrio Nuiver, Kramer en Holtrop.  
Na afloop is er appeltaart met koffie/thee!

Toegang 5,00 euro (incl. appeltaart, koffie/thee), bij de ingang contant te voldoen.

Kaarten reserveren is noodzakelijk, t/m 13 oktober via ✉ [zin@pgij.nl](mailto:zin@pgij.nl) of [www.appeltaartconcerten.nl](http://www.appeltaartconcerten.nl)  
Info via ☎ 06 - 129 026 04

**Dinsdag 10 december 2024**  
**Andorrastraat 2, IJsselstein**  
**Van 14.30-16.00 uur (inloop vanaf 14.00 uur)**

Karin Strobos (zang) & het Kreisler kwartet brengen muziek van Debussy en Berlioz rond het thema 'Winterwarmte'.

Na afloop is er appeltaart met koffie/thee!  
Toegang 5,00 euro (incl. appeltaart, koffie/thee), bij de ingang contant te voldoen.

Kaarten reserveren is noodzakelijk, t/m 8 december via ✉ [zin@pgij.nl](mailto:zin@pgij.nl) of [www.appeltaartconcerten.nl](http://www.appeltaartconcerten.nl)  
Info via ☎ 06 - 129 026 04

# Activiteiten IJsselstein 2024



<b>Maandag</b>	09.00 - 10.00 uur Oase	Yoga
	09.30 - 12.00 uur Zenderstein	Breiclub 'Een steekje los'
	10.00 - 11.15 uur Studio 10	Wandelgroep
	10.30 - 13.00 uur Oase	Caleidoscoop, ontmoetingsochtend met lunch
	10.30 - 12.30 uur Oase	Koersbal
	10.45 - 12.15 uur Oase	Muzikale notenmix (2e maandag v/d maand)
	13.00 - 15.00 uur Studio 10	Vrouwensport
	13.30 - 15.30 uur Oase	Ouderensoos, hier kunt u klaverjassen, knutselen of rummikubben
	13.30 - 16.30 uur Oase	Senioren Amusementsgroep, toneel en muziek
	14.00 - 15.00 uur Studio 10	Vrouwengroep (ontmoetingsmoment)
	14.00 - 15.30 uur Zenderstein	Biljarten
	18.00 - 19.30 uur Zenderstein	Aanschuijtafel (1e en 2e maandag v/d maand)
	19.00 - 21.00 uur Studio 10	Meezingavond
<b>Dinsdag</b>	09.30 - 10.30 uur Oase	Pilates
	10.00 - 12.00 uur Studio 10	Verstelgroep om de week
	10.30 - 11.30 uur Oase	Bodymix
	10.30 - 13.00 uur Oase	Caleidoscoop, ontmoetingsochtend met lunch
	13.00 - 16.00 uur Bibliotheek	Spreekuur Financiën op Orde
	13.00 - 16.00 uur Sporthal 't Heem	Repair Café
	13.30 - 15.30 uur Zenderstein	Sjoelen (1e dinsdag v/d maand)
	13.30 - 16.00 uur Oase	KBO spellenmiddag (1e dinsdag v/d maand)
	13.30 - 17.00 uur Oase	Mahjong, chinees bordspel
	18.00 - 19.00 uur Oase	Pilates
	18.00 - 19.00 uur Zenderstein	Pilates (3e dinsdag v/d maand)
	19.30 - 21.00 uur Bibliotheek	Taalinloop
	19.30 - 21.30 uur Zenderstein	Zingen (1x per maand) (verschillend)
<b>Woensdag</b>	09.00 - 10.00 uur Velden van IJFC	Sportmix
	09.00 - 12.00 uur Studio 10	Inloop voor een praatje, wat knutselen en een kopje koffie of thee
	09.30 - 10.30 uur Oase	Bodymix
	09.30 - 11.30 uur Ontmoetingskerk	Taal voor vrouwen
	09.30 - 12.30 uur Schouw Lopik	Spreekuur Financiën op Orde
	10.00 - 11.00 uur Gemeentehuis	Wandelen voor/met mensen met niet aangeboren hersenletsel.
	10.00 - 12.00 uur Zenderstein	Koffie drinken
	10.45 - 11.45 uur Oase	Bewegen 60+ Fysiomotive
	13.00 - 14.00 uur Oase	Fits & Klets, oefeningen en kletsen voor mensen met een chronische beperking
	13.00 - 15.00 uur Oase	Jeu de Boules
	13.00 - 16.00 uur Oase	Creatieve Club
	13.30 - 15.30 uur Oase	Pulsekoor
	13.30 - 16.00 uur Zenderstein	Quilten (1e en 3e woensdag v/d maand)
	18.00 - 21.30 uur Oase	Aanschuijtafel (1e en 3e woensdag v/d maand)
	18.00 - 21.30 uur Oase	Aanschuijtafel (4e woensdag v/d maand)
	19.00 - 21.30 uur Oase	Alzheimercafé (1e woensdag v/d maand - niet in jan, juli en aug.)
<b>Donderdag</b>	09.30 - 12.30 uur Bibliotheek	Spreekuur Financiën op Orde
	10.00 - 12.00 uur Zenderstein	Hobbykwartier
	10.30 - 11.20 uur Oase	Stoelgym
	10.30 - 13.00 uur Oase	Caleidoscoop, ontmoetingsochtend met lunch
	11.30 - 12.30 uur Oase	Bodymix
	12.00 - 16.00 uur Xperience	Wijktuinatelier
	13.30 - 17.00 uur Oase	Mahjong, Chinees bordspel
	13.30 - 15.00 uur Studio 10	Theehuis, ontmoetingsplek voor vrouwen
	13.30 - 16.30 uur Oase	Seniorenbridge

# Activiteiten IJsselstein 2024



	19.30 - 21.30 uur	Oase	Donderdagavondsoos (mensen met een verstandelijke beperking)
	20.00 - 21.00 uur	Oase	Bodymix
<b>Vrijdag</b>	09.00 - 10.00 uur	Velden van IJFC	Sportmix
	09.00 - 12.00 uur	Studio 10	Spreekuur Financiën op Orde
	10.30 - 11.15 uur	de Hooghe Waerd	Zwemmen voor mensen met autisme/dementie
	13.00 - 16.00 uur	Oase	Line Dance
	19.00 - 22.00 uur	Oase	Bingo (2e vrijdag v/d maand. Niet in juli en augustus)
<b>Zondag</b>	13.00 - 16.00 uur	Oase	Spellenmiddag (3e zondag v/d maand)
<b>De gehele week</b>		Stukkie fietsen	Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Erica Daalderop, Stichting Pulse ☎ 030 - 68 68 030 of 06 580 708 51. ✉ <a href="mailto:e.daalderop@stichting-pulse.nl">e.daalderop@stichting-pulse.nl</a> 🌐 <a href="http://www.stichting-pulse.nl">www.stichting-pulse.nl</a>

## Gezellig samen eten bij Wijkoken

In het Bij-eenhuis van de Wijktoen Achterveld&Groenvliet koken enthousiaste vrijwilligers van Wijkoken twee keer per maand een driegangendiner. De eerste **woensdag** van de maand vegetarisch en de derde **woensdag** een menu met vlees of gevogelte. Inwoners van IJsselstein, jong en oud, alleen of met een ander zijn welkom om aan te schuiven.

Een deel van de groenten en kruiden voor het diner komt uit de Wijktoen. Ingrediënten die niet in de tuin aanwezig zijn, worden deels betaald uit de bijdragen van de deelnemers. Het vegetarisch menu wordt mede gesponsord door Biomonkie De Weide, Doelenstraat in IJsselstein.

Aanschuiven betekent gezelligheid, je leert nieuwe mensen kennen en daardoor ontstaat er saamhorigheid en soms vriendschap. Het Bij-eenhuis is te vinden aan de Achtersloot 23A.

Wie ook eens een keer mee wil eten of informatie wil, kan een mailtje sturen naar ✉ [wijkoken@stichting-pulse.nl](mailto:wijkoken@stichting-pulse.nl)

Vindt u het ook niet altijd leuk om alleen te eten of te koken? U bent van harte welkom bij een van onze Aanschuiftafels. Wij hebben nog ruimte op: de 1e en 3e woensdag v/d maand in de Oase, Benschopperweg 342 van 18.00- 19.30 uur en op de 2e maandag v/d maand in Zenderstein, Waalsingel 13-15 van 18.00-19.30 uur.

Kosten € 10,00 voor soep, hoofdgerecht, nagerecht, sapje, koffie/thee.

Heeft u een U-pas dan betaalt u € 8,00.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Greet Gijsen, ☎ 030 - 68 68 030

## PULSE LOCATIES IJSSELSTEIN

<b>Wijkservicecentrum De Oase</b>	<b>Benschopperweg 342</b>	☎ <b>030 - 68 68 030</b>
<b>Pulse</b>	<b>Overtoom 1</b>	☎ <b>030 - 68 68 030</b>
<b>Studio 10</b>	<b>Televisiebaan 143</b>	☎ <b>030 - 68 68 030</b>
<b>Xperience</b>	<b>Teenschillerspadij 2</b>	☎ <b>030 - 68 68 030</b>
<b>Xpress</b>	<b>Merckelbachlaan 2</b>	☎ <b>030 - 68 68 030</b>
<b>Zenderstein</b>	<b>Waalsingel 13-15</b>	☎ <b>030 - 68 68 030</b>

## INLEVEREN KOPIJ VOOR SAMEN-WELZIJN DECEMBER 2024

Tot uiterlijk maandag 11 november 2024 kunt u kopij inleveren bij de redactie

✉ [kopijgids@stichting-pulse.nl](mailto:kopijgids@stichting-pulse.nl)

# Belangrijke adressen IJsselstein



27

## BELANGRIJKE TELEFOONNUMMERS IJSSELSTEIN

<b>Algemeen alarmnummer (ambulance, brandweer, politie)</b>	☎ <b>112</b>		
<b>Voor spoedgevallen: alle artsen bereikbaar onder nummer</b>	☎ <b>030 688 42 42</b>		
<b>Voor dringende huisartsenhulp buiten praktijkuren</b>	☎ <b>088 130 96 60</b>		
<b>Brandweerkazerne</b>	<b>J. van der Heijdenweg 244</b>	<b>3401 RJ</b>	☎ <b>030 688 11 44</b>
<b>Politiebureau IJsselstein</b>	<b>Overtoom 1</b>	<b>3401 BK</b>	☎ <b>0900 88 44</b>

## GEMEENTE IJSSELSTEIN

**Calamiteiten/storingen, als direct ingrijpen noodzakelijk is, buiten kantooruren** ☎ **06 212 15 202**  
**Telefonisch contact** (van maandag t/m vrijdag 08.30 - 17.00 uur) ☎ **14 030**

Openingstijden Maandag t/m vrijdag: 08.30 - 12.30 uur

Woensdag en vrijdag: 13.30 - 17.00 uur

Alleen op afspraak Woensdag en vrijdag: 18.00 - 20.00 uur

E-mail U kunt uw vraag ook per e-mail sturen naar [info@ijsselstein.nl](mailto:info@ijsselstein.nl). Soms is bellen sneller. Wilt u telefonisch benaderd worden naar aanleiding van uw vraag? Geef dan uw telefoonnummer op in het e-mailbericht.

Werken op afspraak Om u zo goed mogelijk van dienst te zijn, werken wij op afspraak. Door het maken van een afspraak weten onze medewerkers waarvoor u komt en zijn wij voorbereid. U wordt geholpen op het afgesproken tijdstip. Wachtrijen bij de balie behoren hiermee tot het verleden. U kunt de afspraak zelf inplannen via het afsprakenformulier.  
🌐 [www.ijselstein.nl](http://www.ijselstein.nl) – of telefonisch via ☎ 14 030.

## OUDERENORGANISATIES

<b>KBO</b>	Vz.: Kees Duijvelaar ☒ <a href="mailto:kees.duijvelaar@gmail.com">kees.duijvelaar@gmail.com</a> ☎ 06 - 547 66 745
	Secr.: Marie Schras-van Polen ☒ <a href="mailto:secretariskboijs@kpnmail.nl">secretariskboijs@kpnmail.nl</a> ☎ 06 - 228 13 702
<b>PCOB</b>	Cp: mw. H.G. Rijkse-Landman ☒ <a href="mailto:jrijksen55@gmail.com">jrijksen55@gmail.com</a> ☎ 0346 - 212 343
	Zie ook 🌐 <a href="http://www.pcob.nl">www.pcob.nl</a>

## GEZONDHEIDSZORG

<b>ST ANTONIUS ZIEKENHUIS</b>	Koekoekslaan 1, 3435 CM Nieuwegein ☎ 088 - 320 30 00
	Soestwetering 1, 3543 AZ Utrecht ☎ 088 - 320 30 00
<b>HUISARTSEN(POST)</b>	Koekoekslaan 1 3435 CM Nieuwegein ☎ 088 - 130 96 60
<b>Huisartsenzorg Locatie IJsselveld</b>	Marinus Vermeerplein 2, 3402 HZ IJsselstein
	dhr. L.J. Neeskens, mw. A.G. van Zijl ☎ 030 - 688 24 00
	mw. R.K. Petrov, mw. C.J.M. Bomers ☎ 030 - 688 39 39
	Spoednummer overdag telefoonnummer, optie 1
	Spoednummer buiten kantooruren ☎ 088 - 130 96 60
<b>Huisartsenpraktijk Locatie 't Steyn</b>	Eiteren 15, 3401 PS IJsselstein
	dhr. H.A. Lammers, mw. M.C. Tijssen, mw. H.G.M. Schlaman ☎ 030 - 688 82 20
	Spoednummer overdag telefoonnummer, optie 1
	Spoednummer buiten kantooruren ☎ 088 - 130 96 60
<b>Huisartsenzorg Locatie Nieuwpoort</b>	J. van der Heydenweg 350, 3401 RJ IJsselstein
	mw. F.J. Verhagen, mw. M.Y. Beukers ☎ 030 - 687 43 00
	dhr. F.A.W. van Hoogstraten, dhr. R.H.M. Roelofs ☎ 030 - 688 12 06
	Spoednummer overdag telefoonnummer, optie 1
	Spoednummer buiten kantooruren ☎ 088 - 130 96 60
<b>Huisartspraktijk Dr. L. Meijer</b>	Goudplevier 14, 3403 AT IJsselstein ☎ 030 - 688 33 11

# Belangrijke adressen IJsselstein



<b>Gezondheidscentrum De Meridiaan</b>	Tiranastraat 7, 3404 CJ IJsselstein Dhr. M. Nasserri Mevr. C.M.M. Stigter Mevr. F.J.E. Hardam Mevr. P.J.A. Bruens Spoednummer buiten kantooruren	☎ 030 - 687 82 73 ☎ 030 - 687 51 26 ☎ 030 - 687 62 54 ☎ 030 - 688 12 18 ☎ 088 - 130 96 60
<b>HOSPICE IJSSELSTEIN</b>	Benschopperweg 14, 3401 BV IJsselstein	☎ 030 - 688 17 14

## WONEN

<b>Woonzorgcentrum Ewoud</b>	J. van der Heydenweg 2, 3401 RH IJsselstein	☎ 030 - 686 94 88
<b>HVIJ Huurders Vereniging Weidelanden</b>	Gouwenstraat 6, 3641 JM Mijdrecht	☎ 0297 - 28 26 70
<b>Woonzorgcentrum Isselwaerde</b>	Kronenburgerplantsoen 3, 3401 BN IJsselstein	☎ 030 - 688 19 14
<b>Woonzorgcentrum Mariënstein</b>	Benschopperweg 14, 3401 BV IJsselstein	☎ 030 - 688 17 14
<b>Serviceappartementen De Hooghe Camp</b>	Benschopperweg 14, 3401 BV IJsselstein	☎ 030 - 282 22 51
<b>Cazas Wonen</b>	Overtoom 1, 3401 BK IJsselstein Alleen bezoek na telefonische afspraak (ma. t/m do. 08.30-16.45/vr. 08.30-12.15 uur) Melden spoedeisende klachten na sluitingstijd	☎ 030 - 686 05 00 ☎ 030 - 686 05 99

## DIVERS

<b>AxionContinu</b> (afd. Ergotherapie) Zorgbemiddeling thuis Betty Roodenburg-Ende	Beneluxlaan 924, 3526 KJ Utrecht 🌐 <a href="http://www.axioncontinuu.nl">www.axioncontinuu.nl</a> ☎ 030 - 282 22 77 ☎ 030 - 686 78 23 ✉ <a href="mailto:broodenburg@axioncontinuu.nl">broodenburg@axioncontinuu.nl</a> ☎ 06 - 106 27 642
<b>Wijkverpleging/Langer thuiszorg AxionContinu</b>	☎ 030 - 282 22 77 ✉ <a href="mailto:servicebureau@axioncontinuu.nl">servicebureau@axioncontinuu.nl</a> ☎ 06 - 129 86 134
<b>Huishoudelijke Zorg AxionContinu</b>	☎ 030 - 688 17 14 ✉ <a href="mailto:servicebureau@axioncontinuu.nl">servicebureau@axioncontinuu.nl</a>
<b>Zorgplatform Geranós</b>	Utrechtseweg 34, 3402 PL IJsselstein ☎ 030 - 687 70 55 ✉ <a href="mailto:info@geranos.nl">info@geranos.nl</a>
<b>POG (Plaatselijk Overleg gehandicapten)</b>	Secr.: Anton Besten, Diamanthof 5, 3402 GN IJsselstein ☎ 06 - 139 58 504 ✉ <a href="mailto:abe@kabelfoon.nl">abe@kabelfoon.nl</a> 🌐 <a href="http://www.pog-ijsselstein.nl">www.pog-ijsselstein.nl</a>
<b>PSIJ</b>	(Platform Samenleving IJsselstein Wmo-raad) secretariaat: Teenschillerlaan 11, 3401 GH IJsselstein ☎ 06 - 150 96 662 ✉ <a href="mailto:psij@kpnmail.nl">psij@kpnmail.nl</a> 🌐 <a href="http://www.psij.nl">www.psij.nl</a>
<b>Rivas Zorggroep</b>	Rivas Zorglijn 🌐 <a href="http://www.rivas.nl">www.rivas.nl</a> Dorpsstraat 29, 3433 CJ Nieuwegein ☎ 0900 - 84 40
<b>Sociaal Team IJsselstein</b>	Overtoom 1, 3401 BK IJsselstein, Team Sociaal Domein ☎ 14 030 ☎ maandag t/m donderdag van 08.30-17.00 uur vrijdag van 08.30-13.00 uur ✉ <a href="mailto:socialteam@ijsselstein.nl">socialteam@ijsselstein.nl</a>
<b>Vecht en IJssel, locatie Ewoud</b> Zorg Thuis/wijkverpleging	Jan v.d. Heydenweg 2, IJsselstein ☎ 030 - 686 94 88 Dagbesteding De Meikers, Servicewoningen Wijkverpleegkundigen en klantadviseurs ✉ <a href="mailto:klantadviseurs@vechtenijssel.nl">klantadviseurs@vechtenijssel.nl</a> 🌐 <a href="http://www.vechtenijssel.nl">www.vechtenijssel.nl</a>
<b>Santé Partners</b>	Poortdijk 34F, IJsselstein ☎ 0900-82 123 82
<b>Zonnebloem</b>	secretariaat: Clarie van de Langenberg ✉ <a href="mailto:c.vandelangenberg@xs4all.nl">c.vandelangenberg@xs4all.nl</a> ☎ 06 - 219 76 882



Stichting Protestants Christelijke Begrafenisverzorging Lopik

een respectvol afscheid  
in protestants christelijke sfeer

uitvaartverzorgers:

P. den Butter 0348 55 30 39 / 0621 867 398  
pdenbutter1@hetnet.nl



Lopik | Lopikerkapel | Jaarsveld | Polsbroek | Benschop e.o.

### **Stichting Protestants Christelijke Begrafenisverzorging Lopik**

Onze Stichting PCBL wil u graag bijstaan bij het overlijden van een dierbaar familielid. Wanneer een dierbare overlijdt, komt er veel op u af. Vaak is het moeilijk te bepalen wat eerst moet gebeuren. In deze verdrietige omstandigheden bespreekt u met onze vaste uitvaartverzorgers, de heer P. den Butter, stap voor stap wat er allemaal moet worden geregeld.

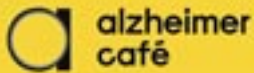
Vanuit onze christelijke identiteit is ervoor gekozen om in principe alleen begrafenissen te verzorgen. Dat vindt zijn oorsprong in de Bijbel. Dit betekent overigens niet dat mensen met een andere geloofsovertuiging niet bij ons terecht kunnen. Belangrijk is dat onze uitvaartverzorgers goed bekend is met de gebruiken bij de kerken en de begraafplaatsen in de gemeente Lopik.

De Stichting PCBL verzorgt zelf geen begrafenissen. Deze worden verzorgd door de uitvaartverzorgers en tegen een vaste vergoeding. Onze Stichting heeft geen winstoogmerk en zorgt ervoor dat alle begrafeniskosten worden betaald. De rekening van de begrafenis krijgt u dan later van onze administratie.

Onze stichting heeft als doel u bij te staan bij het overlijden van een dierbare door het (laten) verzorgen van een begrafenis in christelijke sfeer.

Bestuur Stichting PCBL

# Programma Alzheimercafé Lopik



Het Alzheimer Café is een maandelijkse samenkomst voor iedereen met een vorm van dementie en hun naasten. Met deskundige sprekers, betekenisvolle onderwerpen

en informatie over (omgaan met) dementie. Je bent welkom om te luisteren, vragen te stellen en ervaringen uit te wisselen.

Veilig, vertrouwd en laagdrempelig.

Locatie Dorpshuis de Schouw, M.A.A. Schakelplein 6, 3411 DJ Lopik.

Aanvang 19.30 uur, inloop vanaf 19.15 uur. Toegang vrij.

Meer informatie: ☎ 06 - 124 34 770.

**Donderdag 26 september** Vergeetachtigheid of dementie?

Iedereen vergeet toch wel eens wat? Vergeetachtigheid en dementie zijn niet hetzelfde. Wat is nu precies het verschil? Verpleegkundig specialist Judith van Schaik (Sint Antoniusziekenhuis) komt hierover vertellen en is er om uw vragen te beantwoorden.

**Donderdag 24 oktober** Ontmoetingsavond

Muziekbingo: een fijne manier om op een gezellige wijze te ontspannen.

**Donderdag 28 november** Er even tussenuit?

Soms is er meer mogelijk dan u denkt. Denk bijv. aan een

verzorgde vakantie als u dementie hebt, ook samen met uw partner! Aan alles is gedacht en veel is mogelijk, ook als u minder mobiel bent. Een aantal aanbieders komt vertellen over hun prachtige locaties en activiteiten.

**Wereld Alzheimer Dag**

Komt u ook?  
Dementievriendelijk Lopik nodigt alle senioren uit de gemeente Lopik van harte uit voor een speciale bijeenkomst op Wereld Alzheimer dag. Dit jaar staat in het teken van: Samen in Beweging.

**Zaterdag 21 september 2024**  
**Locatie: Dorpshuis De Schouw**

Wilt u zich graag aanmelden? Stuur dan een e-mail naar Gina de Leeuw: [ancogina@freeler.nl](mailto:ancogina@freeler.nl) of bel naar Mirjam de Keijzer: 06-36294076.

**Programma:**

- Vanaf 09.30 uur ontvangst met koffie en thee
- 10.00-11.00 uur workshop 1\* bewegen op muziek
- Pauze
- 11.30-12.30 uur workshop 2\* rond de stoel
- Lunch

\*Workshops (laagdrempelig, iedereen kan meedoen) worden gegeven door vitaal coach Mirjam de Keijzer en door buurtportwachter Daan van Nimt.

## Dementie en denksport

... van puzzelen naar praten ...

Puzzelen is een favoriet tijdverdrijf voor jong en oud. En voor mensen met dementie kunnen puzzels zelfs heel erg nuttig zijn. Het maken van puzzels kan de hersenen een beetje trainen, de visuele waarneming oefenen en een gevoel van voldoening en trots geven, nadat de puzzel af is. Het is een fantastische manier om een paar ontspannende uurtjes door te brengen, alleen of met een geliefde, weg van de afleiding van het dagelijks leven.

Dementie-winkel.nl verkoopt diverse soorten puzzels. Bijvoorbeeld een groot letter woordzoekerboek met diverse moeilijkheidsniveaus en legpuzzels met XL-stukken. Ook verkoopt men puzzelboekjes met de naam 'Klessebasjes'.

Een Klessebasje bevat o.a. woordzoekers, raad het plaatje, lijntekeningen, momenten en prenten aan de hand van een thema. De Klessebasjes geven mensen met dementie weer een verhaal. Met onderwerpen, woorden en afbeeldingen die teruggaan in de tijd en aansluiten bij de nog aanwezige belevingswereld. Door samen 'vroeger' levendig te maken, ontstaan er gelijkwaardige gesprekken en doen mensen met dementie weer mee in een gesprek. Je doet ertoe... en dat is zo belangrijk voor eigenwaarde en zelfvertrouwen.

*Ik laat je niet in de steek*

*Ik laat jou niet in de steek  
dus maak je geen zorgen  
ik zal er altijd voor je zijn  
gister, vandaag en morgen*

*wanneer jij me niet meer kent  
of weer iets bent kwijtgeraakt  
je het even niet begrijpt  
en dat ons dan verdrietig maakt*

*want als je het moeilijk vindt  
om alles te blijven onthouden  
ook dan zal ik nog jaren lang  
heel veel van jou houden*

Renske ten Kleij





# ANWB AutoMaatje Lopik

Vervoerservice voor en door eigen inwoners

- Voor inwoners van de gemeente Lopik die minder mobiel zijn en geen redelijk vervoersalternatief hebben, kunnen gebruik maken van ANWB AutoMaatje Lopik
- Vrijwilligers rijden in hun eigen auto
- Er wordt een kleine onkostenvergoeding gevraagd



## Meer informatie of meedoen?

Telefoon: 0348-79 20 04 ma t/m vr 9.00 - 13.00 uur

E-mail: [automaatje@stichting-pulse.nl](mailto:automaatje@stichting-pulse.nl)  
[www.stichting-pulse.nl/automaatje](http://www.stichting-pulse.nl/automaatje)

## Wil je een rit maken?

Vraag deze minimaal 2 werkdagen van tevoren aan.

Meer mogelijk gemaakt door 5.000.000 ANWB leden

## ANWB AutoMaatje

Ben je zelf minder mobiel en voor jouw vervoer afhankelijk van anderen? En moet je daardoor teveel thuisblijven?

Met ANWB AutoMaatje kom je weer onder de mensen!



ANWB AutoMaatje is een vervoerservice waarbij vrijwilligers minder mobiele plaatsgenoten op verzoek vervoeren. Vrijwillige chauffeurs gebruiken daarvoor hun eigen auto.

Jouw vervoer beperkt zich niet tot een bezoek aan ziekenhuis, dokter of fysiotherapeut. Je schakelt ANWB AutoMaatje ook gewoon in voor leuke doelen als een bezoekje afleggen, naar de kapper of gezellig winkelen.

Om gebruik te kunnen maken van ANWB AutoMaatje neem je contact op met jouw lokale ANWB AutoMaatje. Alle contactinformatie vind je op de achterzijde.

Aanmelden voor ANWB AutoMaatje is gratis. Je betaalt alleen een kleine onkostenvergoeding per kilometer en eventuele parkeerkosten.

## Zo werkt ANWB AutoMaatje op hoofdlijnen



1

Heb je vervoer nodig? Neem dan minimaal twee werkdagen van tevoren contact op met jouw lokale ANWB AutoMaatje.

2

Vervolgens wordt een vrijwilliger uit de pool van chauffeurs gezocht die jou, op het door jouw gewenste moment, wil rijden.

3

Je wordt teruggebeld als er een vrijwilliger beschikbaar is. Daarbij word je geïnformeerd over de globale hoogte van de verschuldigde onkostenvergoeding. De vergoeding - gerekend vanaf en tot aan het huis van de vrijwilliger en vermeerderd met eventuele parkeerkosten - staat vermeld op de website: [www.anwb.nl/automaatje](http://www.anwb.nl/automaatje).

4

Op het afgesproken moment meldt de vrijwilliger zich bij jou en ga je samen op stap. Bij korte ritten zal hij/zij vaak bij jou blijven. Zit er veel tijd tussen heen- en terugrit? Meld dit bij het maken van de afspraak, er wordt dan een aparte terugreis gepland.

5

Je betaalt de onkostenvergoeding na de rit rechtstreeks aan de vrijwilliger.

### Meedoen met ANWB AutoMaatje?

Neem contact op met jouw lokale ANWB AutoMaatje en schrijf je gratis in. Je vindt alle contactinformatie op de achterkant van deze folder. Of kijk voor meer informatie op [anwb.nl/automaatje](http://anwb.nl/automaatje). Op de site kun je ook lezen hoe je je als vrijwilliger (chauffeur) kunt aanmelden.



## ZATERDAG 5 OKTOBER 10:00 – 14:00 OPENING SEIZOEN 2024-2025

### Met optreden *TISS MISS* en een lunch

Dit jaar organiseert het ouderenscomité van Benschop een feestelijke bijeenkomst voor de senioren van alle kernen van de gemeente Lopik.

*TISS MISS* is een cabaretgroep uit Dussen. Ze komen graag voor u optreden en bieden u een programma met een lach, een traan en gezang.

Wilt u bij deze opening aanwezig zijn, meld u zich dan aan bij één van de onderstaande comitélleden in uw woonplaats vóór **27 september** (en betaal).

#### Benschop

Marja Boumans, Kon. Wilhelminastr. 23, Benschop 0348- 45 19 90

#### Cabauw

Irma Spruit, De Nobelaerweg 24, Cabauw 06-21 97 89 11

#### Jaarsveld

Ans Aantjes, Lopikerweg Oost 60, Lopik 0348- 55 25 30

#### Lopik-dorp

Arendje Vriezema, Vrijheidslaan 14, Lopik 0348- 55 20 38

#### Lopikerkapel/Uitweg

Machteld Zwanenburg, Lopikerweg Oost 116, Lopik 0348- 55 31 50

#### Polsbroek

Wil Oskam, Dorp 81g, Polsbroek 0182- 30 95 67

#### Willige Langerak

Janny Markus, Lekdijk West 41, Lopik 06-23 49 36 36

Indien u vervoer wenst kunt u dit aangeven bij uw comitélid.

**Tot ziens op zaterdag 5 oktober!**

Bestuur Ouderen Comité Benschop

### Programma:

09:30 uur:  
Zaal open en inloop  
met koffie en thee

10.00 uur:  
Welkom door de  
voorzitter Martien  
Oostenenk

10.15 uur:  
Start optreden  
*TISS MISS*  
Korte pauze  
Vervolg optreden

12.15 uur:  
Pauze met drankje

12.30 uur:  
Lunch

14.00 uur:  
Sluiting bijeenkomst.

Kosten €15,- per  
persoon voor het  
complete programma

Dorpshuis De Schouw  
M.A.A Schakelplein 6  
3411 DJ Lopik



## BENSCHOP

### Het Trefpunt

Voorzitter: Martien Oostenenk, ☎ 06 - 150 68 807.  
Secretaris: Marja Boumans, ☎ 0348 - 45 19 90.  
Locatie: Dorpshuis XXL, tenzij anders aangegeven.

### Opening seizoen 2024-2025

zaterdag 5 oktober in De Schouw te Lopik om 10.00 uur.

Met medewerking van theatergroep **TISS MISS**.  
Georganiseerd door de afdeling Benschop.  
Zie aankondiging in dit blad.

### Bewegen voor ouderen

Iedere dinsdag van 10.45-11.30 uur voor dames en heren.  
Kosten € 2,00 per les. (in prijs verlaagd)  
Docent: fysiotherapeut Freek.

### Koersbal

Nieuwe seizoen is gestart.  
Iedere woensdag van 14.00-16.30 uur.  
Kosten € 40,00 per seizoen.  
Contact: Wim Dekker, ☎ 0348 - 45 16 19.  
Wilt u kennis maken met koersbal, kom gerust eens kijken en/of meespelen.

### Open Tafel-Project

Nieuwe seizoen start op woensdag 25 september.  
Maaltijd: hoofdgerecht en dessert verzorgd door Colinda Sluyk.  
Iedere laatste woensdag van de maand van 12.30-13.30 uur.  
Kosten: € 10,00. De maaltijd is bedoeld voor inwoners uit Benschop. Introducties vanuit andere plaatsen zijn alleen welkom met een inwoner uit Benschop.  
Contact: Thea Boere, ☎ 0348 - 45 17 49, vooraf betalen gewenst!

### Klaverjas-/Rikkentoernooi

Locatie: Kantine Sporthal De Bosrand.  
Het nieuwe seizoen start op 24 september.  
Iedere laatste dinsdag van de maand om 13.30 uur.  
Iedereen die graag een kaartje legt, is van harte welkom.  
Contact: Joop van Dorp, ☎ 0348 - 45 21 53,  
Gert Boere, ☎ 0348 - 45 17 49.  
Aan- en afmelden kan ook via ☎ 06 - 228 06 317.

### Seniorenbiljart

Locatie: Kantine van voetbalvereniging V.V. Benschop.  
Iedere dinsdagmiddag van 13.00-17.00 uur (competitie).  
Iedere vrijdagmiddag van 13.00-17.00 uur (competitie).

Lidmaatschap per seizoen € 50,00 (incl. kopje koffie).  
Contact: Kees den Hartog, ☎ 0348 - 45 17 59 / 06 - 220 90 031.

### Jeu de Boules

Achter het Dorpshuis ligt de Jeu de Boules-baan. De baan mag door iedereen worden gebruikt. Er liggen 6 ballen in het Dorpshuis. Ze kunnen voor gebruik worden afgehaald bij Colinda.

## CABAUW

### 60+ Cabauw

Secr.: Frank van Rooijen, ☎ 06 - 496 71 872.  
Contact: Irma Spruit, ☎ 06 - 219 78 911.  
Locatie: In 't Witte Paard, tenzij anders aangegeven.  
🌐 [www.cabauw60plus.nl](http://www.cabauw60plus.nl)

### Oktober

Nog niet bekend.

### Donderdag 21 november

aanvang 10 uur.  
De KNRM (reddingsmaatschappij) geeft een lezing.

### Dinsdag 17 december

aanvang 10 uur.  
Kerstbijeenkomst.

### Vaste activiteiten

Contact: Irma Spruit, ☎ 06 - 219 78 911.

### Bewegen voor ouderen

Elke maandag van 9.30-10.30 uur o.l.v. Jan Troe, fysiotherapeut.  
Kosten: € 2,50 per les.  
Contact: Liesbeth v. Alem, ☎ 06 - 125 18 044.

### Open Tafel Cabauw

Aansluitend aan de bijeenkomsten bij voldoende deelname van 12.00-13.00 uur.  
Kosten: € 15,00 inclusief consumptie.

### SAMENdoen!

Wekelijks aanbod van verschillende activiteiten.  
Locatie: Pastorie Cabauw.  
Elke dinsdag van 10.00-15.00 uur.  
Voor meer informatie kunt u contact opnemen met:  
Mirjam de Keyzer, ☎ 06 - 362 94 074 of  
Ellen Henderik, ☎ 06 - 441 22 606.  
Zie ook 🌐 [www.samendoencabauw.nl](http://www.samendoencabauw.nl)

## JAARVELD

Secretaris: Ans Aantjes, ☎ 0348 - 55 25 30.  
Contact: Alien Schinkel, ☎ 0348 - 55 28 82.  
Locatie: Gemeenschapsruimte Brugkerk.

**Zaterdag 5 oktober**

Openingsmiddag in De Schouw.  
Zie uitnodiging elders in deze gids.

**Woensdag 23 oktober** om 10.30 uur

Spreker over veilig thuis wonen, daarna gaan we stampotten eten.

**Woensdag 27 november** om 14.00 uur

Mevr. Franca Burger komt vertellen over de honingbij en alles wat hier voor komt kijken.  
Er zijn potjes honing te koop.

**Dinsdag 17 december** om 10.30 uur

Kerstviering.  
Uitnodiging volgt.

**LOPIK DORP**

Contact: mevr. Arendje Vriezema, ☎ 0348 - 55 20 38.  
Locatie: Dorpshuis De Schouw, tenzij anders aangegeven.

**Spel-en activiteitenmiddagen**

Iedere 1ste en 3de woensdag van de maand van 14.00 - 16.00 uur.

Rummikub, mens erger je niet, triominos, sjoelen, kegelen, klaverjassen en het Lopiks memoriespel.

**2 oktober** om 10.00 uur: modeshow door Firma

Doorduyn, om 12.30 uur: verrassingshapjesmiddag en van 14.00 - 16.00 uur: activiteitenmiddag.

**16 oktober** van 14.00 - 16.00 uur: activiteitenmiddag.**30 oktober** van 14.00 - 16.00 uur: optreden van het Cabauws Weteringkoor.**6 november** om 12.30 maaltijd en van 14.00 - 16.00 uur: activiteitenmiddag.**20 november** van 14.00 - 16.00 uur: activiteitenmiddag.**4 december** van 14.00 - 16.00 uur: activiteitenmiddag.**18 december** om 12.30 uur: kerstmaaltijd en van 14.00 - 16.00 uur: kerstmiddag.**GEZOCHT**

Klaverjassers voor de activiteiten op de woensdagen van 14.00 - 16.00 uur.

**ZONNEBLOEM BENSCHOP/POLSBROEK**

Secretaris: Debby Smits, ☎ 06 - 362 00 096.

**Zaterdag 12 oktober**

35-jarig jubileum Zonnebloem Benschop/Polsbroek.

Optreden van Zeemanskoor.

Locatie: Dorpshuis XXL in Benschop.

**Donderdag 21 november**

Kerstshow in Intratuin IJsselstein.

**Vrijdag 13 december**

Kerstlunch in Maranatha Benschop.

**LOPIKERKAPEL/UITWEG**

Seniorencomité Lopijkerkapel/Uitweg

Secretariaat: Mw. M. Zwanenburg, ☎ 0348 - 55 31 50.

Locatie: De Ark Lopijkerkapel.

**Dinsdag 24 september** om 14.00 uur.

Erica Wouterloot komt samen met hond Mak en geeft een lezing over de hulphond.

**Dinsdag 22 oktober** om 14.00 uur.

Spellenmiddag met daarna erwtensoep eten.

**Dinsdag 19 november** om 14.00 uur.

Presentatie door natuurfotograaf Jac. van de Neut.

De Biesbosch: Van Boerenland naar Waterland.

**Donderdag 12 december**

Kerstviering.

**Koersballen**

Nieuw seizoen is weer gestart.

We spelen een keer per maand op de dinsdagmiddag van 14.00 - 16.30 uur.

De data voor dit jaar zijn dinsdag 8 oktober,

5 november en 3 december.

Locatie: De Ark, Lopijkerkapel.

Nieuwe spelers van harte welkom.

**Buurtvereniging Uitweg**

Locatie: Buurthuis Uitweg

**Klaverjassen voor 55+ groep**

Het nieuwe seizoen is gestart op woensdag 11 september, daarna om de veertien dagen van 13.30 - 16.30 uur.

11 september start competitie, 25 september,

9 en 23 oktober, 6 en 20 november, 4 en 18 december.

Rick Kuijf zal het klaverjassen voor dit seizoen op zich nemen,

☎ 0348 - 55 31 01 / 06 - 480 90 402.

Maarten Broekhuizen is voor de aan/afmeldingen,

☎ 0348 - 55 25 22 / 06 - 537 02 182

**Programma 55+ groep**

Buurthuis d'Ouwe School, Lopikerweg Oost 181

3412 KE Lopijkerkapel.



## Spellenmiddag

Klaverjassen, rummikub en bingo.  
Tijd: woensdagmiddag van 13.30 - 16.30 uur.  
Vanaf woensdag 18 september, elke veertien dagen (even weken).  
Contact: Mevr. Bea de Bruijn, ☎ 06 - 272 79 803 /  
Wim de Bruijn, ☎ 06 - 531 63 538.

## Stg. SRL. Inz. Streekkaarten ouderen

Activiteit: klaverjassen en schutjassen.  
Tijd: 13.30 - 16.30 uur, deur open 13.00 uur.  
Kosten: € 5,00 p.p.  
Opgeven: vrijdag vóór de activiteit bij één van de onderstaande contactpersonen:  
Dhr. J. Corsten, Benschop, ☎ 06 - 221 00 717.  
Dhr. G. Markies, Lopikerkapel, ☎ 06 - 822 77 743.  
Mevr. B. v.d. Wal, Lopik, ☎ 0348 - 55 16 39.

## Programma voor het seizoen oktober 2024 t/m april 2025

Dinsdag 15 okt. 2024 Buurthuis d'Ouwe School  
Lopikerkapel  
Dinsdag 12 nov. 2024 Dorpshuis XXL, Benschop  
Dinsdag 10 dec. 2024 Buurthuis De Triangel,  
Polsbroekerdam  
Dinsdag 14 jan. 2025 Dorpshuis Ons Dorp, Polsbroek  
Dinsdag 11 febr. 2025 Buurthuis d'Ouwe School,  
Lopikerkapel  
Dinsdag 11 mrt. 2025 Buurthuis De Triangel,  
Polsbroekerdam  
Dinsdag 8 apr. 2025 Dorpshuis XXL, Benschop

## POLSBROEK

60+ Secretariaat: Wil Oskam, ☎ 0182 - 30 95 67.  
Contact: Wijn Teeuw, ☎ 0182 - 30 92 84.  
Locatie: Dorpshuis te Polsbroek, tenzij anders aangegeven. Aanvang: 14.00 uur.  
Voor vervoer kunt u bellen met Annie de Groot, ☎ 0182 - 30 95 95.

## Woensdag 16 oktober

Dhr. Jac. van der Neut over de Biesbosch.  
Van boerenland naar waterland.

## Woensdag 13 november

Mevr. Femke Jager uit Schoonhoven.  
Sieraden van vroeger en nu.

## Zaterdag 14 december

Kerstmiddag met medewerking van Simara van der Vlist.  
Gezamenlijke maaltijd.

## Meer bewegen voor ouderen

Iedere dinsdag van 9.00 - 9.50 uur onder leiding van Fysio Haastrecht.  
Informatie Annie de Groot, tel. 0182 - 30 95 95.

## SENIOREN COMITÉ WILLIGE LANGERAK

Voorzitter: Dik Chaigneau, ☎ 0182 - 38 38 07.  
Contact: Janny Markus, ☎ 06 - 234 93 636.  
Locatie: de Bron, Montignylaan 15A, Schoonhoven, tenzij anders aangegeven.  
Vervoer: Dirk Koorevaar, ☎ 0182- 38 55 32.  
*Alles onder voorbehoud.*

## Dinsdagmiddag 15 oktober om 14.30 uur.

Deze middag wordt het programma verzorgd door dhr. Sluisman uit Bergambacht.  
Hij laat ons stadjes en dorpen uit de Krimpenerwaard zien.  
Als gewezen antiquair kijkt hij vaak toch op een andere manier naar dingen dan de geboren autochtoon.  
Een gevelsteen met een lastig raadsel of een bijzonder Mariabeeldje uit Haastrecht b.v.  
Dit en nog veel meer kunt u zien en horen.  
Kosten zijn € 5,00 voor koffie/thee.

## Woensdagmiddag 13 november om 17.30 uur.

Gezellig samen eten in het buurthuis 't Wilgegat.  
te Willige Langerak. Kosten volgen nog.

## Dinsdagmiddag 19 november om 14.30 uur.

Presentatie wereldfietsen met Jan van der Ent, Maas & Loire route.  
Een fietstocht naar de bron van de Maas op het Plateau de Langres in Frankrijk. Vandaar naar het zuid-westen via Dijon om de Loire bij Decize te bereiken. Daarna de Loire gevolgd tot aan de Atlantische oceaan.  
Via Bretagne, Normandië, Côte Fleurie, Noord-Frankrijk en België weer terug. Kosten koffie/thee € 5,00.

## Dinsdagmiddag 3 december om 14.30 uur.

Sinterklaasbingo met leuke prijsjes.  
Er zullen 4 rondes worden gespeeld met voor elke ronde 3 prijsjes, kosten voor deze middag zijn € 5,00 inclusief koffie/thee met lekkers.

## Woensdagmorgen 18 december om 10.30 uur.

Kerstbrunch met kerstprogramma.  
We beginnen deze morgen met een kerstverhaal, gedichten en liederen. Daarna zal de brunch worden verzorgd en kunnen we rond 13.30 uur de brunch afsluiten.  
Kosten voor deze morgen zijn € 10,00 per persoon.

## Gymnastiek

Donderdagmorgen van 10.00 - 11.30 uur in de Bron.  
Contact: Annie Rietveld ☎ 06 - 518 30 477.  
Kosten in overleg, docent Jan Troe.

# Belangrijke adressen Lopik 2024



- **Blikvanger** Iedere donderdag van 10.00 tot 12.00 uur.  
Locatie: Dorpshuis De Schouw, M.A.A.Schakelplein 6, Lopik - Kosten: € 3,00 per keer.
- **Buurtkamer** Iedere dinsdag van 10.15 tot 13.30 uur.  
Locatie: Dorpshuis De Schouw, M.A.A.Schakelplein 6, Lopik - Kosten: € 5,00 voor de gehele dag incl. lunch.

## BELANGRIJKE TELEFOONNUMMERS LOPIK

<b>Algemeen alarmnummer</b>	☎ <b>112</b>
<b>Gemeentehuis Raadhuisplein 1 3411 CH Lopik</b>	☎ <b>0348 55 99 55</b>
<b>Politie Lopik Dinsdag van 17.00-19.00 uur aanwezig op het gemeentehuis</b>	☎ <b>0900 88 44</b>
<b>Brandweer</b>	☎ <b>112</b>

## GEZONDHEIDSZORG

<b>Medisch Centrum Lopik:</b>	Beatrixplantsoen 1A, 3411 DA Lopik Huisartsen spoednummer	☎ 0348 - 55 21 89 ☎ 0348 - 55 41 53
<b>Huisartsenpraktijk Beatrixplantsoen:</b>	Beatrixplantsoen 1A, 3411 DA Lopik	☎ 0348 - 55 41 95
<b>Medisch Centrum Polsbroek:</b>	Jongleveweg 1, 3415 PP Polsbroek	☎ 0182 - 30 92 03
<b>Huisartsenpraktijk Benschop:</b>	Florijn 3, 3405 BM Benschop Spoednummer:	☎ 0348 - 45 14 12 ☎ 0348 - 45 21 49
<b>Huisartsenpost Midden Holland:</b>	Bleulandweg 10, 2803 HH Gouda	☎ 0182 - 32 24 88
<b>Huisartsenpost Nieuwegein:</b>	Koekoekslaan 1, 3435 CM Nieuwegein	☎ 088 - 130 96 60

## GEMEENTE LOPIK

### Breed Sociaal Loket:

Raadhuisplein 1, 3411 CH Lopik.

Spreekuur in het Medisch Centrum Lopik op ma. en di. van 13.30-14.30 uur en op do. van 09.00-10.00 uur.

Het Breed Sociaal Loket werkt alleen op afspraak.

Spreekuur in De Schouw.

Bel of mail voor een afspraak: ☎ 0348 - 55 99 55 ✉ [bsl@lopik.nl](mailto:bsl@lopik.nl)

Openingstijden ma. t/m do. van 09.00-17.00 uur en op vrijdag van 09.00-12.00 uur.

Meer informatie: 🌐 [www.lopik.nl](http://www.lopik.nl)

## WONEN

Woonzorgcentrum De Schutse: Anna van Burenstraat 40, 3411 AK Lopik	☎ 0348 - 55 17 24
Serviceappartementen Schutseplein: Anna van Burenstraat 40, 3411 AK Lopik	☎ 030 - 282 22 51

## ZORG EN WELZIJN AAN HUIS

AxionContinu: Thuiszorg/Wijkverpleging ✉ [servicebureau@AxionContinu.nl](mailto:servicebureau@AxionContinu.nl) ☎ 06 - 129 86 134 ☎ 030 - 282 22 77

Vitras Thuiszorg/wijkverpleging ✉ [zenwlopikoost@vitras.nl](mailto:zenwlopikoost@vitras.nl) en [zenwlopikwest@vitras.nl](mailto:zenwlopikwest@vitras.nl) ☎ 088 - 854 32 20

Zonnebloem Lopik/Cabauw, secr.: Ria Nederend, ☎ 06 - 349 80 896

# SINDS 1990 IS BEDDENSPECIALAALZAAK CITYBED IN IJSSELSTEIN GEVESTIGD

## WIJ VERKOPEN ALLES OP HET GEBIED VAN SLAPEN O.A.

Diverse ledikanten/boxsprings, bedbodems, uitgebreide collectie matrassen van bekende merken, dekbedden in diverse soorten en maten, dekbedovertrekken van bekende merken.



Verder verkopen wij 25 verschillende hoofdkussens, waaronder ook speciale neksteun kussens die ook thuis getest kunnen worden.

(Zie voor acties onze website)

Wij zijn o.a. dealer van de topmerken



## Beddenspecialzaak CityBed

Utrechtsestraat 20, 3401 CV IJsselstein

Tel. 030 - 687 03 21

Email: [citybedijsselstein@gmail.com](mailto:citybedijsselstein@gmail.com)

[www.citybedijsselstein.nl](http://www.citybedijsselstein.nl)



IJSSELSTEIN

## de schouw

- ✓ Ontmoeten
- ✓ Familiefeesten
- ✓ Trouwfeesten
- ✓ Rouwbijeenkomsten
- ✓ Vergaderingen
- ✓ Cursussen
- ✓ Kinderfeestjes
- ✓ Kegelarangementen
- ✓ Sport en spel



Welkom  
in de huiskamer  
van Lopik

M.A.A. Schakelplein 6

3411 DJ Lopik

Bedrijfsleider: Dion Oosterbeek

E: [info@deschouwlopik.nl](mailto:info@deschouwlopik.nl)

T: 0348-553233 / 06-398 69 354



WS Media Groep

DESIGN DRUK PRINT SIGN

VORMGEVING  
DRUKWERK  
PRINTWERK  
BANNERS  
VLAGGEN  
STICKERS/LABELS  
LAMINEREN  
VETVRIJ PAPIER  
AUTOBELETTERING  
GEVELRECLAME  
RAAMBESTICKERING  
KLEDING BEDRUKKEN

Industrieweg 1 | 4181 CA Waardenburg | T 0418 540 333

[info@wsmediagroep.nl](mailto:info@wsmediagroep.nl) | [www.wsmediagroep.nl](http://www.wsmediagroep.nl)

# UITVAARTVERZORGING MIDLAND

*uw uitvaartverzorging in de regio*



Ooit stopt ook uw leven  
en dan blijven er slechts de herinneringen.  
Heeft u er wel eens over nagedacht  
wat uw wensen zijn als het over úw uitvaart gaat?  
U kunt daarover met ons in gesprek gaan.  
Wij kennen de mogelijkheden die er zijn  
en verzorgen uw uitvaart zoals u het wilt,  
ongeacht waar u verzekerd bent.



René en Henriëtte Verweij  
06 53 53 68 88

Oranje Nassaustraat 40 | 3405 XK Benschop  
[info@uitvaartverzorgingmidland.nl](mailto:info@uitvaartverzorgingmidland.nl) | [www.uitvaartverzorgingmidland.nl](http://www.uitvaartverzorgingmidland.nl)