

De Groene Gids

+ ONTMOETEN:
nieuwe mensen
en/of
oude bekenden

*Algemeen
informatieblad
voor senioren
in IJsselstein
en Lopik*

DECEMBER NR. 4 • 2023





VORMGEVER VAN EEN HERINNERING

ROBERT LANDSMAN

Register Uitvaartverzorgers



VORMGEVER VAN EEN HERINNERING

Ervaringen

Lyanne:

"De warme betrokkenheid en de professionaliteit van Robert is erg prettig in een periode waarin je leven op de kop staat. Meedenken wat past bij de overleden persoon, een afscheid op maat, daarvoor kan je bij Robert terecht."

Alex en Anita:

"Met zijn grote ervaring en kennis op het gebied van uitvaarten en bekendheid met de regio, is hij voor ons een grote steun geweest. Een fijne man bij wie uw uitvaartopdracht in goede handen is. Wij bevelen (Robert) Landsman uitvaartzorg van harte aan."

LANDSMAN UITVAARTZORG

Weidstraat 17
3401 DR IJsselstein

Landsmanuitvaartzorg.nl

06 393 76 800

24 / 7 bereikbaar

info@landsmanuitvaartzorg.nl

Voorwoord

Yvette Huige, *Directeur bestuurder Stichting Pulse*



U heeft alweer de laatste Groene Gids van 2023 in handen. Het thema is dit keer 'ontmoeten'.

Er bestaan mensen die echt zogeheten 'lonely wolfs' zijn, ze zijn graag alleen en hebben weinig tot geen behoefte aan contact met anderen. Maar voor veruit de meeste mensen is andere mensen ontmoeten een basisbehoefte voor een goede kwaliteit van leven. Vaak zonder dat we het ons realiseren. Andere mensen ontmoeten betekent immers anderen zien maar ook zelf gezien en gehoord worden. Als je ouder wordt, vallen er steeds meer mensen van jouw generatie om je heen weg. Als dit gebeurt, realiseren veel mensen zich vaak pas voor het eerst echt hoe belangrijk het is om 'onder de mensen' te blijven. En iets wat misschien wel een

heel leven lang vanzelf ging, vraagt opeens een andere aanpak.

Contacten die overblijven worden gekoesterd en activiteiten om nieuwe contacten aan te gaan worden opgestart. Althans, dat zouden we willen, want het ouder worden kent vele uitdagingen. Rouw door verlieservaringen, zoals je gezondheid die je, plotsklaps of beetje bij beetje, in de steek laat.

Het verlies van een partner of andere dierbaren. Het verliezen van je rijbewijs waardoor je opeens veel minder mobiel bent. Allemaal voorbeelden van verlies die ervoor kunnen zorgen dat het ontmoeten van andere mensen nou niet bepaald makkelijker wordt. Tegelijkertijd weten we dat het voor rouwprocessen heel belangrijk is om dit met anderen te kunnen delen. Een luisterend oor is bij rouw zo ongeveer het belangrijkste dat er is en dit hoeft echt niet het oor van een professional te zijn. Het oor van een kennis, buurvrouw, vriend of familielid is misschien wel veel meer waard. Constateert u op dit vlak soms een gemis? Doe er dan wat mee. Er zijn meer mensen in uw omgeving die open staan voor contact dan u wellicht denkt.

En vindt u dit moeilijk, bel dan eens naar Pulse.
Onze sociaal werkers helpen u graag.

Met vriendelijke groet,

Yvette Huige



De Groene Gids is ook te lezen op internet

Wist u dat u De Groene Gids ook kunt lezen op internet?
Dat kan door het volgende traject te volgen:

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



De Groene Gids

JAARGANG 44
DECEMBER 2023

De Groene Gids
is een uitgave van Pulse voor
65-plussers

Redactieadres:

Wijkservicecentrum De Oase
Benschopperweg 142
3401 BZ IJsselstein
☎ 030 - 68 68 030

Samenstelling/bezorging
Redactieteam De Groene Gids

Inleveren kopij

✉ kopijgids@stichting-pulse.nl

Grafische vormgever
Cees van den Brink

Oplage ca. 5380 ex
Druk: WS Media Groep

De redactie van De Groene Gids 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

Advertenties Lopik

Machteld Zwanenburg
☎ 0348 - 55 31 50
✉ kopijgids@stichting-pulse.nl

Bezorgklachten/aanmelding/ adreswijziging/verspreiding

IJsselstein: Ingrid van der Griend
☎ 030 - 68 68 030
✉ bezorginggids@stichting-pulse.nl

Lopik: Machteld Zwanenburg
☎ 0348 - 55 31 50

© Foto's omslag
Carla Overbeek, Lopik

Activiteiten IJsselstein pag. 18 • Activiteiten Lopik pag. 23



Het belang voor je (geestelijke) gezondheid om contacten te hebben

Astrid Meijer Haagen, *diëtist*

Hebben sociale relaties een gunstig effect op de gezondheid?

Het ontvangen van sociale steun werkt beschermend tegen de kans op kanker, hart- en vaatziekten en op het lichamenlijk functioneren. Sociale steun heeft vooral een sterk positief effect op het beloop van een ziekte.

Hebben sociale relaties ook een gunstig effect op de geestelijke gezondheid?

De geestelijke gezondheid neemt toe bij mensen die sociale steun ontvangen, ze voelen zich gewaardeerd. Ook hebben ze het gevoel dat er daadwerkelijk hulp beschikbaar is als de nood aan de man is.

Ouderdom komt met gebreken, zeggen we wel eens. Op basis van de laatste inzichten is de levensverwachting van een meisje, geboren in 2023, 92,8 jaar en van een in 2023 geboren jongetje, 90,0 jaar. Dat betekent niet dat we gezond ouder worden en dat de kwaliteit van leven goed is. Met het ouder worden zien we een aantal lichamenlijke verouderingen zoals de zintuigen: het gehoor, reuk, gevoeligheid en gezichtsvermogen nemen na 40 jaar geleidelijk af. De bloedsomloop: de aders worden minder soepel en aders kunnen dichtslibben. Zuurstof wordt minder goed rondgepompt en veroorzaakt dat we minder energie hebben. Ademhaling: door verstijving van de ribbenkast kunnen de longen minder zuurstof opnemen en worden we kortademig. Het endocriene systeem: productie van hormonen vermindert en het immuunsysteem verzwakt. Met de stijging van de leeftijd nemen ook de leeftijdsgerelateerde ziekten toe zoals jicht, gewrichtsontsteking, hartklachten, beroerte, hulpbehoefendheid.

Het cognitieve vermogen neemt af, ouderen klagen over het geheugen. De grootste bedreiging van het cognitieve vermogen is dementie. 22% van de 85-jarigen heeft dementie.

Kwaliteit van leven hangt af van 3 factoren:

1. Het behoud van een goede gezondheid
2. Het behoud van de cognitieve vermogens (geheugen, taal en concentratie)
3. Het hebben van voldoende sociale of productieve activiteiten.

Ouderen die aan deze 3 factoren voldoen, hebben ook het idee dat ze controle hebben over hun leven en niet afhankelijk zijn van toevallige omstandigheden, die ze niet in de hand hebben zoals ziekte, ongemak, wegvallen van dierbare naasten en gebrek aan inkomen.

Boven de 75 jaar wordt het leven ook voor sterkere ouderen moeizamer en zal de kwaliteit van leven gaan verminderen. Denk aan doofheid, gezichtsverlies, vermoeid-

heid, brozere botten, moeizamer lopen, incontinentie, toename van onvermogen om voor jezelf te kunnen zorgen. Het vroegtijdig regelen van hulp is daarom noodzakelijk.

Functies van sociale contacten

Mensen bewegen zich voornamelijk in sociale netwerken, zoals de partner, familie, vrienden, collega's, sportclub etc. De wetenschap beweert dat mensen elkaars nabijheid opzoeken omdat het iets oplevert, nut heeft. Het hebben van een relatie heeft op 4 gebieden nut:

- 1 Informatie steun: anderen kunnen je informatie verschaffen over wie we zijn, hoe we ons moeten gedragen, hoe we over situaties moeten denken en oordelen en wat we van de situatie kunnen verwachten.
- 2 Instrumentele steun: anderen kunnen ons hulp bieden in moeilijke situaties zoals ziekte, bedreiging en bij klussen die lastig alleen uit te voeren zijn. Ze bieden hulp en bescherming. Ook helpen ze bij activiteiten die we leuk vinden, zoals sporten in groepsverband en gezelschapsspelen.
- 3 Waardering en status: mensen hebben behoefte aan een positief zelfbeeld. Dit kunnen ze ontleen aan de waardering die ze als persoon van anderen ontvangen.
- 4 Emotionele steun: relaties kunnen door het bieden van acceptatie en door het verschaffen van een gevoel van veiligheid en geborgenheid angsten en spanningen verminderen of voorkomen.

Als mensen geen contacten kunnen maken met anderen of partners verliezen ervaren ze eenzaamheid. Dat kan tijdelijk zijn of blijvend. Indien blijvend ontstaat er een chronische eenzaamheid en is sprake van sociaal isolement. Deze mensen voelen zich depressief en hebben een negatief zelfbeeld. De persoon is dan teruggetrokken, heeft een lage eigendunk en een negatieve houding ten opzichte van anderen. Ook heeft de persoon gevoeligheid om te worden afgewezen.

Het is daarom belangrijk dat de mens vooral op oudere leeftijd veel sociale contacten heeft. Niet alleen om zich gewaardeerd en begrepen te voelen, maar ook om een fijne leefomgeving te ervaren. En daarnaast is bewezen dat de oudere mens veel langer lichamenlijke en geestelijke functies behoudt, indien de persoon actief blijft en in een sociale leefomgeving verkeert.

Alle reden om mee te doen met de activiteiten die Pulse organiseert voor de ouder wordende mens.

Literatuur:

Gert Alblas, Inleiding in de psychologie

Dr. Barbara Sassen, Gezondheidsbevordering en zelfmanagement door paramedici.



Samen kunnen wij alles aan

Mark Foekema, wethouder Gemeente IJsselstein



Het gevoel van 'erbij horen' en 'ertoe doen' is voor ieder mens een basisbehoefte. Dat is niet voor niets, want daartegenover staat eenzaamheid. Eenzaamheid kan nadelige fysieke en mentale gevolgen hebben. Bijvoorbeeld een hoger risico op hart- en vaatziekten en depressies. Het is al ontzettend waardevol als we dit kunnen voorkomen. Maar de reden

dat ik eenzaamheid zo'n belangrijk thema vind, is dat wij juist samen op ons best zijn. Samen bouwen we steden, verzorgen we onderwijs en verslaan we virussen. Samen kunnen wij alles aan.

Maar ook wanneer we niet meer werken is het belangrijk om samen te zijn. Dankzij een sterk sociaal netwerk voelen wij ons sterker. Met het idee dat er mensen achter mij staan kan ik bijvoorbeeld ook meer aan. Alleen al het bespreken van iets dat mij dwars zit met een vriend kan enorm helpen.

Hiervoor is het belangrijk om elkaar te blijven ontmoeten. Niet alleen oude vrienden, maar ook nieuwe. Ik ben trots op alle mogelijkheden die we hiervoor samen met elkaar bieden. Van dans en sport tot kaartspellen en wandelclubs, samen doen we al veel om het ontmoeten mogelijk te maken.

Er is wat voor iedereen. Doet u ook mee?



Na vele jaren is de Groene Gids aan vernieuwing toe en daarom ontvangt u de gids van maart 2024 in een ander jasje met een modernere-- uitstraling, een nieuwe naam, een frisser uiterlijk en een andere omslagpagina.

En..... nog steeds gevuld met voor u interessante dossiers en informatie.

Nieuwsgierig geworden?

Laat u verrassen!

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 ✉ groenebiezen@gmail.com

VAN PELT

revalidatieservice

verkoop - onderhoud - reparatie



uit
voorraad
leverbaar

Topro
rollators
zijn er in 8
prachtige
kleuren



geopend:
ma.-vrij.:
09.00-17.00
za.: op
afspraak



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

Swammerdamweg 4, IJsselstein - 030-6887130 - www.van-pelt.nl



Elkaar ontmoeten, eenzaamheid bestrijden, hoe en waar

door onze "speciale" reporter Jos Timmermans

Het thema van deze editie is Ontmoeten. In verschillende artikelen in deze editie lezen jullie daarover. Heel veel senioren zijn prima in staat om een redelijk goed sociaal leven voor zichzelf te organiseren door actief te blijven. Ze kunnen zelfstandig naar activiteiten toe of weten goed hoe ze er met de Pulse-bus of op een andere manier moeten komen. Toch is er een groeiende groep die dit allemaal niet meer zelf voor elkaar krijgt. Zij dreigen dan in een isolement te raken en daarmee ligt eenzaamheid op de loer.

Bestrijden van eenzaamheid is van groot belang om daardoor de kwaliteit van leven van de ouderen te verbeteren. Om dat te realiseren is het nodig om juist die ouderen, die zelf niet goed in staat zijn initiatieven te ontplooiën, bij de hand te nemen en sociaal te activeren. Zie hiervoor het informatieve stuk over SOCIALE ACTIVE-RING, waar Anouk, Babette en Giselle zich sterk voor maken. Niet alleen organiseert Pulse zelf allerlei activiteiten, maar ze weet ook vrijwilligers te enthousiasmeren en te faciliteren om zelf ook een actieve rol te spelen. Dit laatste heb ik zelf kunnen constateren bij mijn bezoeken aan diverse activiteiten, waar ik hieronder wat nader op zal inzoomen.

Aan mij is gevraagd om voor deze editie de aandacht te vestigen op enkele activiteiten en daarbij ook de deel-

nemers te vragen naar hun ervaringen.

Mijn eerste bezoek is aan de CALEIDOSCOOP op dinsdag in de Oase. *(De Caleidoscoop is een paar jaar geleden opgezet op initiatief van Het Nationaal Ouderenfonds als onderdeel van het project "Ouderen tegen eenzaamheid". Eerst werd het ook gesponsord, maar inmiddels niet meer. De deelnemers betalen een bijdrage van € 3,50 voor koffie/thee en lunch).* Samen koffiedrinken, gezellig kletsen ("over politiek, over mannen, over het weer"), een spelletje doen en uiteindelijk samen lunchen, zo wordt de ochtend ingevuld. De deelnemers zijn enthousiast. "Het is voor mij een uitje", "Ik ga er heen omdat ik niemand ken" en "Het lost een stuk eenzaamheid op" of "Ik zou het niet willen missen" zijn zo maar een paar opmerkingen. De jongste deelnemer op de dinsdag is 76 jaar en de oudste bijna 100 jaar. Ook op de maandag en de donderdag zijn er groepen. Er is altijd een professionele kracht van Pulse bij, maar ook een vrijwilliger. *(Op dit moment zitten alle groepen vol, maar er wordt onderzocht of er uitbreiding met nog een ochtend mogelijk is).* Op bijgaande foto kunnen jullie zien hoe ze met elkaar gezellig om de grote tafel zitten.

Mijn volgende bezoek is aan de BREICLUB (actief van 9.30 tot 12.00 uur) op maandagmorgen in Zenderstein. Bij deze club is vrijwilliger Marian van der Veen het aanspreekpunt. Er zijn 17 dames bij aangesloten, op de och-



Benschopperstraat 43
3401 DG IJSELSTEIN

Telefoon 030 - 6881317
Fax 030 - 2662358

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



Scan om onze website te bekijken!

Kunnen wij u helpen?

Woningontruiming

Seniorenverhuizing

Bedrijfsontuiming

Groene Hart Woningontruiming
Korenmolenlaan 8
3404 DE IJSELSTEIN

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

I: www.uwhuisleeg.nl
E: info@uwhuisleeg.nl

KvK Utrecht: 59169419



Elkaar ontmoeten, eenzaamheid bestrijden, hoe en waar

door onze "speciale" reporter Jos Timmermans



tend dat ik er ben zijn er 10 deelnemers. Ze breien en ze haken onder het koffie drinken en gezellig kletsen door. Kleding voor baby's, peuters en kleuters, sjaals, mutsen en dekentjes, allemaal bestemd voor de Stichting Roe-

meense Kinderhulp, die in IJsselstein actief is. Vanuit de stichting wordt twee keer per jaar de productie opgehaald en uiteindelijk naar Roemenië gebracht. De oudste deelnemer is 86 jaar en de jongste 58 jaar. Nieuwe deelnemers zijn welkom, er is plek zat aan tafel. Marian doet een oproep aan de lezers van de Groene Gids om acryl, wol en katoen te doneren. Breng het in de Oase met de melding dat het voor de Breiclub is voor de Roemeense kinderen, dan komt het vanzelf op de goede plek terecht of lever het af op maandagmorgen in Zenderstein. Hier kun je op de foto zien wat ze allemaal maken. Juist dezer dagen is alles weer opgehaald door mensen van de stichting.

Op een donderdagmorgen meld ik mij opnieuw in Zenderstein, waar elke week tussen 10.00 en 12.00 uur het HOBBYKWARTIER is. Onder leiding van vrijwilligers Ria Geelen en Franny van Doornik is dit zo'n vier jaar geleden opgezet. Het gaat om een groep van op dit moment 9 personen, waarvan er deze morgen 6 aanwezig zijn. Iedere deelnemer komt binnen met zijn eigen hobby en laat anderen zien en meegenieten van wat hij of zij doet. Denk aan kaarten maken, diamond painting, maar ook haken en breien van truien, vesten of poppenkleertjes. "Gezelligheid is het belangrijkste" krijg ik te horen en er is altijd hulp als je zelf even niet verder kunt". Elk kwartaal wordt er gezamenlijk aan een project gewerkt. Voorbeelden daarvan zijn paasmandjes en kerstkaarten. Dan is de hele club een paar ochtenden bezig om samen iets moois te realiseren en dat geeft een kick. Kijk ook hier naar de foto van de groep.





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
www.roskammeubelen.nl



GERANOS
zorgplatform

Uw wens onze zorg!

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



Elkaar ontmoeten, eenzaamheid bestrijden, hoe en waar

door onze "speciale" reporter Jos Timmermans

Mijn laatste bezoekje is op een maandagmorgen in de Experience in Achterveld, waar van 9.00 tot 11.30 uur een TREFPUNT is, waar iedereen kan binnenlopen, waar niks moet maar van alles kan en mag. Eddy Bont en Marga Spee zijn hier de vrijwilligers die een en ander coördineren. "Het is een ontmoetingsplek voor mensen uit IJsselstein, waar ze gesprekken voeren, spelletjes doen, koffie drinken en ook lief en leed delen". Eddy doet op donderdagmiddag ook nog een schildersclub op dezelfde plek, waardoor er mensen zijn die aan beide activiteiten meedoen. Een van de 6 vaste deelnemers beaamt dit en zegt "dit zijn de enige activiteiten die ik heb en zonder dat zou mijn week er veel minder fijn uitzien". Ook hier een foto-impressie.

Op de verschillende locaties van Pulse zijn er nog veel meer activiteiten, waar ouderen lang niet altijd van op de hoogte zijn. Een van de chauffeurs van de Pulse-bus vertelde mij over een dame in zijn bus, die tegen hem

had gezegd dat ze graag wilde zingen. Hij wees haar op het bestaan van een Senioren Zangkoor dat op woensdagmiddag lekker samen zingt in de Oase. Zij wist dat niet. Nu maar hopen dat zij gehoor geeft aan zijn tip, want zoals hij zei "ze durven vaak niet, maar als ze eenmaal de gang hebben dan blijven ze komen en vaak met veel plezier". Kortom misschien is het een goed idee als ouderen, die zelf goed de weg weten, burens of kennissen vertellen over wat er allemaal te doen is en ze een keer vragen mee te gaan om kennis te maken. Mond op mond reclame van deelnemers en af en toe een extra duwtje in de rug bij de weifelaars kan helpen om meer ouderen over de streep te trekken.

Juist in de winterperiode kan dit ouderen helpen zich iets minder eenzaam te voelen als ze merken dat anderen zich om hen bekommeren.

Dat wens ik alle ouderen toe.



**Verrek
da's leuk!**

Actieve bijdrage
leveren aan
totstandkoming

van De Groene Gids in IJsselstein en Lopik.
Actief op zoek gaan naar mensen en organisaties die
relevante kopij kunnen aanleveren t.a.v. de doelgroep
65-plussers en het thema van de gids.
Eventueel zelf kopij schrijven voor de gids.

Meer info bij onze coördinator Greet Gijsen
☎ 030 - 68 68 030 ✉ g.gijsen@stichting-pulse.nl

Redactielid worden?

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

*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
- Personenalarmering
- Hospice

**Onze woonzorgcentra
in IJsselstein en Lopik:**

- Mariënstein
- IJsselwaarde
- De Schutse



Servicebureau AxionContinu

030 - 282 22 77

servicebureau@axioncontinuu.nl

www.axioncontinuu.nl



Axioncontinuu

wonen, zorg en revalidatie

De Cirkel

Uitvaartverzorging



Marte Brouwer

06-29 58 33 06

info@decirkel-uitvaartverzorging.nl





Ontmoeting

Mayada Khalil

*“Een paradijs zonder mensen is een hel!”
Iraaks spreekwoord*

Zondag in de Ark of donderdag in de Citadel ontmoeten mensen elkaar in Zeist. Je bent welkom daar, of je gelooft in God of niet, of je christen, moslim of atheïst bent zoals ik. Mensen bidden samen voordat ze gaan eten, luisteren naar enthousiaste hymnes in het Nederlands en Arabisch en naar preken. Samen. Zelfs als je niet naar de preek luistert of niet gelooft wat de rest van de bezoekers gelooft, zijn ze samen op dezelfde plek, staan stil of zitten. Na de dienst verzamelen de aanwezigen zich in de hal om koffie en thee te drinken met zoetigheden en heerlijke Arabische gerechten. Wat brengt al deze mensen bij elkaar, inclusief mijzelf soms? Wat drijft hen om elkaar te ontmoeten?



Geloven, in dit geval, is één reden. Er zijn nog andere redenen, denk ik. Bijvoorbeeld: netwerken uitbreiden, anderen helpen, steunen en troosten, met anderen communiceren, het gevoel dat je bestaat, dat je deel

uitmaakt van de samenleving, dat je de moeite waard bent en/of dat je niet alleen wilt zijn.

In mijn geval: ik ben niet gelovig. Ik voel me niet eenzaam, integendeel, ik vind vrijheid en troost in eenzaamheid. Maar ik ben altijd zoekende en onzeker. Mijn hele leven ben ik op zoek geweest naar een antwoord op de vraag: wie ben ik? De domste en moeilijkste existentiële

vraag ooit. Op een dag ging ik naar de Arabisch-Nederlandse kerk (als het ware), die dicht bij mijn huis is. Ik ging daarheen met een zeer zware last van mijn cultuur, persoonlijke ervaringen en veel vragen. Ik was toen op zoek naar een magische oplossing of een wonder dat met één klik op de knop alle problemen in mijn leven zou oplossen. Tot nu toe vond ik geen antwoorden op mijn vragen en ik was ook niet overtuigd door de antwoorden die ik daar hoorde. Maar ik trof daar mensen aan die mijn taal verstonden en ik de hunne en na de dienst praatten we onder het genot van een kopje koffie over alles. Het zijn mensen die elkaar helpen en steunen, al is het maar omdat ze in één geloof geloven. Hierdoor helpen ze zelfs niet-gelovigen met hun geloof. Ik kan daar zeggen dat ik een atheïst ben en toch word ik zonder angst door hen verwelkomd. Het zijn geen engelen natuurlijk, maar een deel van hun geloof wordt uitgedragen door samen te komen en elkaar te helpen. Ze ontmoeten elkaar als één grote familie. Na de dienst zijn het menselijke wezens zonder kleur, verbondenheid of taal. Het verschil tussen hen is het spel van tijd en geboorteplaats.

Er is nog een reden die ideaal zou kunnen zijn om anderen te ontmoeten en nieuwe mensen te leren kennen: liefde. Of met andere woorden: leren over nieuwe vormen van liefde. De ontmoetingsplaats is niet belangrijk. Het kan een kerk, een café, een bibliotheek of een openbaar park zijn. De ontmoeting van mensen met elkaar versterkt hun bestaan en hun verbinding met de werkelijkheid. Omdat de werkelijkheid bestaat uit mensen, zijn wij het. Zonder anderen zouden we niet bestaan.

Wat geeft je de ontmoeting met anderen? Het geeft je het echte leven.



Sociale Activering

Wij horen je denken, wat is dat nou precies? Eigenlijk is het heel simpel: wij gaan je helpen om jezelf te activeren in de maatschappij. Je kunt hierbij denken aan deelnemen aan activiteiten, groepsbijeenkomsten, cursussen, vrijwilligerswerk en/of een traject met een (netwerk)-coach.

Hoe gaan wij te werk?

Tijdens een kennismakingsgesprek, bij ons op kantoor of bij jou thuis, gaan we in gesprek over waar jij blij van wordt en wat je leuk vindt om te doen. Zo leren we elkaar

kennen en kunnen we samen op zoek naar een activiteit die bij je past. Hierna houden we nog onderling contact, zolang jij daar behoefte aan hebt, over hoe het gaat en of we je nog ergens bij kunnen helpen. Onze begeleiding is op maat.

Meer informatie of aanmelden?

✉ socialeactivering@stichting-pulse.nl of bel naar de receptie van Pulse ☎ 030 - 68 68 030 en vraag naar een van de medewerkers van Sociale Activering: Anouk, Babette of Giselle.



Senioren voelen zich thuis bij de KBO, samen met de PCOB zijn we de grootste seniorenorganisatie van Nederland. 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 zowel op landelijk als op provinciaal en gemeentelijk niveau 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-PCOB ontvangen 10 keer per jaar het KBO-PCOB magazine.

Meer informatie: www.kbo-pcob.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-PCOB biedt mensen ondersteuning die behoefte hebben aan een betekenisvol gesprek. Gesprekken over wat u bezighoudt, waar u van wakker ligt.
- Onze KBO heeft verschillende commissies die van alles organiseren zoals de jaarlijkse vakantie-week, spellenmiddagen, bingo, fietsmiddagen, wandelochtenden, muziekochtenden, dagjes uit, vrijdagmiddagborrel, etentjes, kerstbijeenkomsten, modeshows, themamiddagen en nog veel meer.
- Er zijn tablet- en iPadcursussen en wij helpen u graag bij computerproblemen.

Belastinghulp of Ouderenadviseur worden, iets voor u?

Helpt u anderen wel eens met hun aangifte of toeslagen en vindt u dat leuk? Of wilt u iets meer weten over wat een ouderenadviseur zoal doet?

Neemt u dan contact op met onze servicetelefoon ☎ 06 - 8112 8901.

Vrijdagmiddagborrel in het theatercafé van het Fulco op de tweede vrijdag van de maand

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

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.

Informatie: Piet en Sonja Tammer,

✉ piettammer49@gmail.com of ☎ 030 - 688 1173.



Bingomiddagen in de OASE

Data 2024: 13 februari, 14 mei, 13 augustus, 12 november.

Aanvang 13.30 uur. Zaal open 13.00 uur. Entree € 5,-.

In de pauze een gratis kopje koffie of thee. Tot slot is er een verloting, de lootjes kosten € 1,- per 4. Aanmelding verplicht (tot uiterlijk een week voor datum) en informatie:

Piet en Sonja Tammer,

✉ piettammer49@gmail.com of

☎ 030 - 688 1173.

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.

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

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. Introducés zijn welkom.



Muzikale Notenmix

Op de maandagen 11 december 2023 en in 2024 op 8 januari, 12 februari, 11 maart en 8 april.

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 of

☎ 06 - 8112 8901.



Waar gaat u van vakantie genieten in de zomer van 2024?

Er komt weer een mooie periode aan om vakantieplannen te maken.

Overweeg eens om mee te gaan met onze altijd zo gezellige club reis- en leeftijdgenoten. U wordt met een comfortabele touringcar opgehaald en teruggebracht. Omgeven door prachtige natuur, ook om te wandelen en te fietsen, verblijft u 8 dagen in ons land in een driesterren familiehotel met diverse faciliteiten. Op en top verzorgd (volpension). Inclusief gevarieerde busexcursies, optionele activiteiten, bijna alle avonden leuk vermaak en ruim voldoende vrije tijd voor eigen invulling. Uitermate geschikt voor zelfredzame 50-plussers, goed te been, rollator en dieet geen bezwaar. Bijzonder aangenaam door een relaxt reistempo.

Zorgeloos, vertrouwd, ontspannen, samen, gezellig genieten van vakantie.

Kijk eens terug naar ons vakantie-reisverslag van 2023 met foto's op onze KBO-website met deze link:

🌐 <https://www.kboprovincieutrecht.nl/afdelingen/ijsselstein/terugblikken>

Deze vooraankondiging is voor KBO-leden, introducés en niet-leden. Eind januari staat de uitgebreide reisinformatie met (reis)voorwaarden en het digitale inschrijfformulier op onze website. Dan ook op papier aan te vragen bij de reiscommissie. Een verkorte aankondiging leest u in de KBO-Nieuwsbrief bij de 1e editie van ons KBO Magazine 2024. De inschrijvingen beginnen dan meteen. We zien naar u uit.

Reiscommissie KBO, IJsselstein, Lopik e.o./Cok en Bep:

☎ 030 - 688 3826, ✉ bvannorde@caiway.nl

Vooraankondiging Fiets5daagse vakantie voorjaar 2024

Wij zijn al met een sportieve leuke kerngroep E-bikers. Maar er kunnen best een aantal fietsers bij. Is je conditie goed om 5 dagen met een e-bike in groepsverband te fietsen met een verblijf in een hotel in ons land, meld je dan nu al aan, dan houden wij je op de hoogte.

Voor een impressie met foto's van 2023 op onze website zie:

🌐 <https://www.kboprovincieutrecht.nl/afdelingen/ijsselstein/terugblikken>

Reiscommissie KBO IJsselstein, Lopik e.o. / Cok en

Bep: ☎ 030 - 688 3826, ✉ bvannorde@caiway.nl

KBO - afdeling IJsselstein, Lopik e.o.

Secretariaat en Ledenadministratie: Marie Schras, Ringoven 16, 3402 SB IJsselstein

☎ 06 - 2281 3702, ✉ secretariskboijs@kpnmail.nl

Digitaal aanmelden lidmaatschap:

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

De contributie bedraagt m.i.v. 1 januari 2023

€ 30,- per persoon per jaar.

Servicelijn: Voor algemene vragen belt u met onze servicelijn ☎ 06 - 8112 8901.

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".

Pedicure Claudia Weldam



Sinds 2014 ben ik Medisch Pedicure aangesloten bij Provoet.

Heeft u lange nagels, eelt, kloven, likdoorns, ingegroeide of kalknagels?

Blijf daar niet mee lopen, maar bel voor een afspraak bij u thuis.

☎ 06 36 300 239 ✉ claudiaweldam@hotmail.com

Fruiteeltbedrijf 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 19 16

Utrechtsestraat 64 IJsselstein
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!



Apotheek Zenderpark

Persoonlijk, Deskundig en Vertrouwd



Tiranastraat 1, 3401 CJ IJsselstein

030-6868666

info@apotheekezenderpark.nl

www.apotheekezenderpark.nl

Een gesprek over uw medicatie? U bent van harte welkom in de apotheek

Kim van den Berge, apotheker bij apotheek Zenderpark in IJsselstein



Een medicatiecheck is een controle van de medicatie en het beantwoorden van andere vragen die u heeft door de apotheker in overleg met uw huisarts. Heeft u misschien last van bijwerkingen van uw geneesmiddelen? Werken ze wel goed genoeg of heeft u nog klachten? En lukt het met het innemen? Het gesprek is het moment om uw wensen, behoeften en er-

varingen te bespreken. Na een persoonlijk gesprek met u en uw apotheker, zal dit door de apotheker worden besproken met de huisarts. Verbeteringen en aanbevelingen worden overlegd en in overleg met de huisarts en u worden doorgevoerd in de medicatie.

Naarmate wij ouder worden verandert ons lichaam. Hierdoor verandert ook de opname en afvoer uit het lichaam van medicatie. Dit kan gevolgen hebben voor de werking van het medicijn. Ook is het mogelijk dat bijwerkingen eerder ontstaan.

Er kunnen ook klachten zijn die u zou willen bespreken, die misschien niet meteen aan uw medicijnen gelinkt kunnen worden. Ook dat mag in dit gesprek. Zorgen om uw medicatie, heeft u overzichtsproblemen, kunnen wij uw medicatiegebruik makkelijker maken?

Wij kunnen uw medicijngebruik op verschillende manieren makkelijker maken. Zo kunnen we kijken naar een innameschema, de automatische herhaalservice of wellicht een medicatierol. Onze service- apotheek-app geeft u ook diverse mogelijkheden om uw medicijngebruik makkelijk te maken.

Afhankelijk van de zorgverzekering wordt de medicatiecheck vergoed vanuit uw basisverzekering. Bij sommige verzekeringen telt het mee voor het eigen risico bij andere niet. U kunt hiervoor een afspraak maken in de apotheek met de apotheker.

Heeft u interesse?

Neemt u dan contact op voor de mogelijkheden van een gesprek over uw medicatie met de apotheker. Het telefoonnummer van apotheek Zenderpark is 030 - 68 68 666 of via info@apotheekzenderpark.nl



Pulse-Koor EIGENwijs nodigt jou UIT!

Ben jij op zoek naar een warme, gezellige plek om je liefde voor zingen te delen? Dan zijn wij op zoek naar jou! Pulse-Koor EIGENwijs, een gepassioneerd gemengd koor, vierde vorig jaar haar 40-jarig jubileum en we willen ons koor graag uitbreiden.

Wat bieden wij?

- Divers repertoire: geniet van een mix van Nederlandstalige nummers, muziek uit musicals, pophits en klassieke stukken. We zingen zowel eenstemmig als tweestemmig, dus er is voor elk wat wils.
- Ervaren begeleiding: laat je leiden door onze deskundige dirigente en twee ervaren pianistes die je zullen inspireren en begeleiden in je zangreis.
- Gezellig samenzijn: bij EIGENwijs gaat het niet alleen om zingen; het gaat ook om de warme sfeer en het plezier van samenzijn.
- Optredens: schitter tijdens onze uitvoeringen met Kerst en Koningsdag en laat je talent zien aan een enthousiast publiek.



Waar en wanneer?

- Locatie: Pulsegebouw de Oase aan de Benschopperweg 342 in IJsselstein.
 - Dag en tijd: elke woensdagmiddag van half 2 tot half 4 met een gezellige pauze halverwege.
- Kosten € 42,50 voor een strippenkaart van 10x. Als u niet kunt, dan hoeft u ook niet te betalen

Kom een kijkje nemen!

Twijfel je nog? Kom gerust langs op een woensdagmiddag om de sfeer te proeven. Je bent van harte welkom!

Heb je vragen of wil je lid worden? Neem dan contact op met onze coördinator:

Greet Gijsen, ☎ 06 - 580 70 993 of via g.gijsen@stichting-pulse.nl

Sluit je aan bij ons gezellige koor en ontdek de vreugde van samen zingen bij Pulse-Koor EIGENwijs!



UW LEVENVERHAAL IN BOEKVORM !!

"Kind, over mijn leven kan ik boeken vol schrijven!"?

Hoe vaak horen wij niet deze kreet.
Het wordt dan zeker tijd om al je "belevenissen" op papier te zetten.
Pulse heeft een zeer actief schrijverscollectief dat dat graag
verwoordt en dat, zoals het goede vrijwilligers betaamt,
geheimhoudingsplicht heeft.

Zij zien je opgave voor je levensboek dan ook graag tegemoet.
Bel 030 68 68 030 of ✉ naar m.pauptit@stichting-pulse.nl.
Zij zal als coördinator van de levensboeken je zeker verder helpen.

P.S. Er is momenteel geen wachtlijst, dus wees er als de "bekende"
kippen bij!

Reacties graag naar de coördinator van levensboeken.



De Gouden Koets rijdt weer!!

Nu de herfst is begonnen en de wintermaanden er weer aankomen, is er goed nieuws voor onze ouderen. Dankzij financiële bijdragen van de gemeente IJsselstein, de Terberg Foundation, het IJsselsteinfonds en het K.F. Heinfonds kon er door de Stichting Gouden Dagen een nieuw voertuig besteld worden.

Medio oktober is er een gloednieuwe koets afgeleverd en kunnen wij de ritten, die begin dit jaar stilvielen, weer oppakken. Onze chauffeurs brengen u geheel gratis en op tijd naar iedere gewenste bestemming binnen de gemeente IJsselstein en halen u ook weer op.

Wilt u bijvoorbeeld op familie- of vriendenbezoek, naar een winkel in de binnenstad, een activiteit in de Oase, naar de sportschool, de fysio of een rondrit maken door IJsselstein, wij zijn er voor u.

Wij rijden van maandag t/m vrijdag van 9.30 tot 16.30 uur.
U kunt een rit aanvragen door te ☎ met 06 - 12 32 86 50.

Het team Gouden Koets hoopt u spoedig te zien.



ONTDEKKEN ONTMOETEN

Wintertijd in IJsselstein is gevuld met vriendelijke ontmoetingen, met sprookjesachtig verlichte monumenten, panoramische uitzichten vanaf de Basiliek en mooie muziek op diverse locaties. Maar dat is nog niet alles; ook in het theater en tijdens avondrondleidingen valt er van alles te beleven. Kunst en cultuur bloeien zelfs in de winter. Bovendien hoef je voor de feestdagen niet ver te zoeken naar smakvolle gerechten of ingrediënten, want de herca en speciaalzaakjes bieden het mooiste en lekkerste.

Verlichte stadswandelingen door donker IJsselstein

Als het buiten donker is, is het extra gezellig met al die verlichte straten en monumenten. Ook in de binnenstad schijnt er licht. Als je meegaat met een verlichte stadswandeling, dan hoor je van de stadsgidsen de verhalen die horen bij deze eeuwenoude gebouwen. Tijdens de wandeling kun je ook binnengaan bij een van deze locaties. Wil je liever zelf op pad? Kies dan voor het 'Rondje Verlicht IJsselstein'. Dat is een gratis audiotour uit de izi.TRAVEL app. Download de app op je telefoon en bekijk ook de andere wandelrondjes.



HERBERTZIJHER

Grootste Kerstboom en WinterFair

Op 9 december vind je in IJsselstein tal van kramen tijdens de jaarlijkse WinterFair. Een bezoek aan deze markt in kerstsfeer is een goede voorbereiding op de feestdagen. Proef, snuffel en bewonder al die gezellige lichtjes en luister naar fijne muziek in de buitenlucht. Op deze dag begint ook de kerst in IJsselstein als de lampjes aan de Gerbrandytoren weer aan gaan. Op het podiumterrein kijken we samen naar de ontsteking van de Grootste Kerstboom van Nederland.



WILKO SCHUIFF

Kunst en cultuur beleven

Kom een middagje naar het stadje en geniet van een half uurtje Bach in de Oude Nicolaaskerk. In de decembermaand staan er verschillende muzikale verrassingen op het programma, van een volkskerstzang tot kerst- en nieuwjaarsconcerten.

Tentoonstelling 'Do for love' is geïnspireerd door Vrouwe Bertha, de IJsselsteinse heldin uit de late 13e eeuw die een jaar lang het Kasteel IJsselstein verdedigde. Ze offerde veel en in de tentoonstelling zien we hoeveel van die offeringen er tegenwoordig nog te zien is. Te zien tot en met 14 januari bij Museum IJsselstein.

Winters proeven en warm shoppen

Het einde van het jaar kent van die specifieke smaken, veelal

met winterse specerijen en natuurlijk chocolade. In de binnenstad van IJsselstein kun je op meerdere plekken terecht voor ambachtelijke lekkernijen: bonbons, cupcakes, oliebolletjes of kerststollen. Bij de winkels in de binnenstad kun je ook goed slagen voor een kerstoutfit en de mooiste kerstcadeaus.



TONY BUIJSE

Elke vrijdag is er in de binnenstad koopavond en weekmarkt. De laatste zondag van de maand is er koopzondag van 12.00 tot 17.00 uur. De eerste twee uur is het gratis parkeren in de parkeergarage.

Tips voor in de agenda

- 2 dec: Half uurtje Bach in de Oude Nicolaaskerk
- 9 dec: Winterfair en ontsteking Grootste Kerstboom
- 13 en 20 dec: Torenbeklimmingen Oude Nicolaaskerk tot 6 januari: Kerststal bewonderen in de Basiliek
- 15 dec: Kerstavond van mevrouw Klein Sprokkelhorst in de Achtersloot
- 16 dec: Kerstavond van mevrouw Klein Sprokkelhorst in de Achtersloot
- 16 dec: Festival of Nine Lessons and Carols in de Oude Nicolaaskerk
- 15 en 16 dec: Kerstconcert Fulco's Regionaal Mannenkoor met Big Band in het Fulcotheater
- 17 en 24 dec: Koopzondag
- 23 dec: Stralend IJsselstein
- 27 dec: Speciale avondrondleiding voor kinderen
- 28 dec: Verlichte stadswandeling
- 6 jan: Nieuwjaarsconcert in de Oude Nicolaaskerk
- 30 jan: Verlichte stadswandeling
- t/m 14 jan: Tentoonstelling 'Do for love' in Museum IJsselstein
- 10 febr: Carnavalsoptocht
- 27 febr: Verlichte Stadswandeling

Wijzigingen voor behouden.



TONY BUIJSE



SCAN DE QR-CODE
VOOR ACTUELE INFO
EN MEER TIPS

Je ontmoet elkaar in
IJsselstein
sint 1340

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

Dag	Tijd	Locatie	Activiteit
Maandag	09.00 - 10.00 uur	Oase	Yoga
	09.00 - 12.00 uur	Xperience	Groen Trefpunt
	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
	10.45 - 12.15 uur	Oase	Muzikale notenmix (2e maandag v/d maand)
	13.00 - 14.00 uur	Studio 10	Vrouwensport
	14.00 - 15.00 uur	Studio 10	Vrouwengroep (ontmoetingsmoment)
	13.30 - 15.30 uur	Oase	Ouderensoos
	14.00 - 15.30 uur	Zenderstein	Biljarten
	13.30 - 16.30 uur	Oase	Senioren Amusementsgroep
	18.00 - 19.30 uur	Zenderstein	Aanschuiftafel (1e en 2e maandag v/d maand)
	19.00 - 21.00 uur	Sterrenwacht	Meezingavond
	Dinsdag	09.30 - 10.30 uur	Oase
09.30 - 12.30 uur		Schouw Lopik	Sociaal Juridisch Spreekuur
10.00 - 12.00 uur		Studio 10	(ver)Stellen om de week
10.00 - 12.00 uur		Bibliotheek	Lees & Ontmoet (elke 3e dinsdag v/d maand)
10.30 - 11.30 uur		Oase	Bodymix
10.30 - 13.00 uur		Oase	Caleidoscoop
12.45 - 13.45 uur		Zwembad de Hooghe Waerd	Prikkelarm zwemmen
13.00 - 14.00 uur		Kameraplein	Inloopspreekuur Buurtbemiddeling
13.00 - 16.00 uur		Het Heem	Repair Café (Heemradenlaan 34a)
13.00 - 16.00 uur		Bibliotheek	Sociaal Juridisch Spreekuur
13.30 - 16.00 uur		Oase	KBO spellenmiddag (1e dinsdag v/d maand)
13.30 - 17.00 uur		Oase	Mahjong
18.00 - 21.30 uur		Studio 10	Kookclub (1e dinsdag v/d maand)
18.00 - 19.00 uur		Oase	Pilates
18.00 - 19.00 uur		Zenderstein	Pilates
18.00 - 19.30 uur		Oase	Aanschuiftafel (3e dinsdag van de maand)
19.30 - 21.30 uur		Zenderstein	Zingen (1x per maand) (verschillend)
<p>Gezellig samen eten bij Wijkoken</p> <p>In het Bij-eenhuis van de Wijktuin 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.</p> <p>Een deel van de groenten en kruiden voor het diner komt uit de Wijktuin. 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.</p> <p>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.</p> <p>Wie ook eens een keer mee wil eten of informatie wil, kan een mailtje sturen naar wijkoken@stichting-pulse.nl</p>			
Woensdag	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
	09.00 - 12.00 uur	Xperience	Groen Trefpunt
	09.30 - 10.30 uur	Oase	Bodymix
	09.30 - 12.30 uur	Oase	Oudercafe (2e woensdag van de maand)
	09.30 - 12.30 uur	Schouw Lopik	Sociaal Juridisch Spreekuur

▶	10.00 - 11.00 uur	Startpunt gem.huis	Wandelen met NAH
	10.00 - 12.00 uur	Zenderstein	Koffie drinken Zenderstein
	11.15 - 12.15 uur	Sterrenwacht	Bewegen 60+
	13.00 - 15.00 uur	Oase	Jeu de Boules
	13.00 - 14.00 uur	Oase	Fits & Klets
	13.30 - 15.30 uur	Oase	Seniorenkoor
	13.30 - 15.30 uur	Oase	Creatieve club + schilderen
	13.30 - 16.00 uur	Zenderstein	Quilten (1e en 3e woensdag v/d maand)
	13.30 - 17.00 uur	Oase	Mahjong
	18.00 - 19.30 uur	Oase	Aanschuifafel (1e en 3e woensdag v/d maand)
	18.00 - 20.00 uur	Oase	Aanschuifafel (4e woensdag v/d maand)
	19.00 - 21.30 uur	Oase	Alzheimercafé (1e woensdag v/d maand - niet in juli en aug.)
Donderdag	09.30 - 12.30 uur	Bibliotheek	Sociaal Juridisch Spreekuur
	10.00 - 12.00 uur	Zenderstein	Hobbykwartier
	10.30 - 11.20 uur	Oase	Stoelgym
	10.30 - 13.00 uur	Oase	Caleidoscoop
	11.30 - 12.30 uur	Oase	Bodymix
	12.00 - 16.00 uur	Xperience	Wijktuinatelier
	13.30 - 15.00 uur	Studio 10	Theehuis
	13.30 - 16.30 uur	Oase	Seniorenbridge
	19.30 - 21.30 uur	Oase	Donderdagavondsoos (voor mensen met een verstandelijke beperking)
	19.30 - 21.30 uur	Sterrenwacht	Naailes
	19.00 - 20.30 uur	Oase	Bodymix
Vrijdag	09.00 - 10.00 uur	Velden van IJFC	Sportmix
	09.00 - 12.00 uur	Sterrenwacht	Sociaal Juridisch Spreekuur
	10.30 - 11.15 uur	Zwembad de Hooghe Waerd	Zwemmen voor mensen met autisme
	10.30 - 11.15 uur	Zwembad de Hooghe Waerd	Zwemmen voor mensen met dementie
	11.00 - 12.00 uur	Oase	Fits & Klets
	11.00 - 12.00 uur	Oase	Tai Chi
	19.00 - 22.00 uur	Oase	Bingo (2e vrijdag v/d maand. Niet in juli en augustus)

De gehele week

Stukkie fietsen

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Erica Daalderop, Stichting Pulse ☎ 030 - 68 68 030 of 06 580 708 51
 ✉ e.daalderop@stichting-pulse.nl • 🌐 www.stichting-pulse.nl

PULSE LOCATIES IJSSELSTEIN

Wijkservicecentrum De Oase	Benschopperweg 342	☎ 030 - 68 68 030
Multi Functioneel Centrum Sterrenwacht	Marinus Vermeerplein 1	☎ 030 - 68 68 030
Pulse	Overtoom 1	☎ 030 - 68 68 030
Studio 10	Televisiebaan 143	☎ 030 - 68 68 030
Xperience	Teenschillerspadij 2	☎ 030 - 68 68 030
Xpress	Merckelbachlaan 2	☎ 030 - 68 68 030
Zenderstein	Waalsingel 13-15	☎ 030 - 68 68 030



Belangrijke adressen IJsselstein

Om te bewaren

BELANGRIJKE TELEFOONNUMMERS IJSSELSTEIN

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

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. 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 – of telefonisch via ☎ 14 030.

OUDERENORGANISATIES

KBO	Vz.: Kees Duijvelaar ☎ kees.duijvelaar@gmail.com ☎ 06 - 547 66 745
	Secr.: Marie Schras-van Polen ☎ secretariskboijs@kpnmail.nl ☎ 06 - 228 13 702
PCOB	Cp: mw. H.G. Rijksen-Landman ☎ jrijsen55@gmail.com ☎ 0346 - 212 343
	Zie ook 🌐 www.pcob.nl

GEZONDHEIDSZORG

ST ANTONIUS ZIEKENHUIS	Koekoekslaan 1, 3435 CM Nieuwegein ☎ 088 - 320 30 00 Soestwetering 1, 3543 AZ Utrecht ☎ 088 - 320 30 00
HUISARTSEN(POST)	Koekoekslaan 1 3435 CM Nieuwegein ☎ 088 - 130 96 60
Huisartsenzorg Locatie IJsselveld	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
Huisartsenpraktijk Locatie 't Steyn	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
Huisartsenzorg Locatie Nieuwpoort	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
Huisartspraktijk Dr. L. Meijer	Goudplevier 14, 3403 AT IJsselstein ☎ 030 - 688 33 11



Belangrijke adressen IJsselstein

Om te bewaren

▶ Gezondheidscentrum De Meridiaan	Tiranastraat 7, 3404 CJ IJsselstein Dhr. M. Nasser 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
HOSPICE IJSSELSTEIN	Benschopperweg 14, 3401 BV IJsselstein	☎ 030 - 688 17 14

WONEN

Woonzorgcentrum Ewoud	J. van der Heydenweg 2, 3401 RH IJsselstein	☎ 030 - 686 94 88
HVIJ Huurders Vereniging Weidelanden	Gouwenstraat 6, 3641 JM Mijdrecht	☎ 0297 - 28 26 70
Woonzorgcentrum Isselwaerde	Kronenburgerplantsoen 3, 3401 BN IJsselstein	☎ 030 - 688 19 14
Woonzorgcentrum Mariënstein	Benschopperweg 14, 3401 BV IJsselstein	☎ 030 - 688 17 14
Serviceappartementen De Hooghe Camp	Benschopperweg 14, 3401 BV IJsselstein	☎ 030 - 282 22 51
Provides (IJss. Woningbouwvereniging)	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

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



Sjoelen, rummikub, biljarten, roept u maar!!

Wel ff in de agenda zetten



Vanaf woensdagmiddag 10 januari 2024 gaan wij om de week starten met sjoelen. De tijd is van 13.30 – 15.30 uur. Hier zijn geen kosten aan verbonden, alleen als u koffie/thee of limonade wilt. Dan kunt u daar tegen betaling gebruik van maken. Consumpties kunnen alleen per pin betaald worden.

Wilt u niet sjoelen maar heeft u zin in een ander spel, dan kan dat ook. Wij zullen dan samen kijken of u het spel zelf meeneemt of dat Pulse dit heeft.

Het doel is samen gezellig een spelletje doen en een leuke en gezellige middag hebben.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Greet Gijsen ☎ 030 - 68 68 030 of 06 - 580 70 993 of via ✉ g.gijsen@stichting-pulse.nl

Op elke 3e zondagmiddag van de maand is er een spellenmiddag in de Oase.

Hier kunt u komen klaverjassen, rummikub spelen, biljarten of sjoelen. Ook wordt er het bordspel Mahjong gespeeld.

De middag duurt van 13.00 – 16.00 uur en toegang is gratis.

Koffie/thee/drankje is voor eigen rekening.

Wij zorgen voor een zoutje en lekkere warme hapjes.

U hoeft zicht niet aan te melden.

Greet Gijsen ☎ 030 - 68 68 030 of 06 - 580 70 993 of via ✉ g.gijsen@stichting-pulse.nl

OLIEBOLLENMIDDAG IN DE OASE

Op zaterdagmiddag 30 december a.s. is er weer de traditionele oliebollemiddag in de Oase.

Het wordt weer een leuke middag, met lekkere oliebolletjes, appelflap, muziek en een loterij.

Noteert u deze datum vast in uw agenda?

Via een flyer ontvangt u tijdig de informatie en de kosten.



Samen Meer

Samen Meer is een groep voor mensen die meer behoefte hebben aan contact, maar die het lastig vinden om nieuwe mensen te ontmoeten. De groep bestaat ongeveer uit acht personen en komt één keer in de vijf weken samen. Samen Meer wordt begeleid door een coach die, waar nodig, ondersteuning kan geven. Voordat je kunt deelnemen, vindt er een kennismakingsgesprek plaats en kijken we samen of deze groep bij jou past.

Wat doe je tijdens Samen Meer

De deelnemers bepalen zelf over welk onderwerp zij de komende bijeenkomst met elkaar willen praten of welke

activiteit ze willen ondernemen. Een gespreksonderwerp kan bijvoorbeeld zijn waar je tegenaan loopt als je nieuwe mensen ontmoet of hoe je een gesprek begint met iemand die je niet kent. Daarnaast worden er ook activiteiten ondernomen. Zo wordt er soms gewandeld of gefietst, gaan jullie samen lunchen of een avondje naar de film.

Meer informatie of aanmelden?

☎ socialeactivering@stichting-pulse.nl of bel naar de receptie van Pulse ☎ 030 - 68 68 030 en vraag naar een van de medewerkers van Sociale Activering: Anouk, Babette of Giselle.

Steunpunt Mantelzorg

Bij het Steunpunt Mantelzorg zijn 400 mantelzorgers bekend. Zij staan ingeschreven en ontvangen in oktober/november een mantelzorgwaardering. Met veel mantelzorgers is regelmatig contact, bijv. omdat zij op de ontmoetingsbijeenkomsten komen, in het Alzheimercafé of bij de mantelzorgmaaltijden. Met sommige mantelzorgers is een paar keer per jaar een individueel gesprek. De Dag van de Mantelzorg 'vieren' wij altijd in onze gemeente. Er is iedere keer wel een ander programma om zoveel mogelijk mantelzorgers van dienst te zijn. Vorig jaar konden wij helaas niet fysiek bij elkaar komen en heeft u vast de borden gezien waar mantelzorgers uit onze gemeente op stonden. Een paar keer per jaar brengen wij een Nieuwsbrief uit. Themabijeenkomsten organiseren wij meestal samen met het Steunpunt van IJsselstein. Als u vragen heeft of ergens informatie over wilt, kunt u altijd contact opnemen met Ilse Nederend, ☎ 06 - 174 41 854 of ✉ i.nederend@stichting-pulse.nl

Sociale Activering

Zoekt u ook een nuttige besteding van uw vrije tijd? Of wilt u graag iets doen voor uzelf en/of een ander? We kunnen ons voorstellen dat het lastig is om iets leuks te verzinnen om te doen. Bijvoorbeeld omdat u weinig sociale contacten heeft of de taal niet (goed) spreekt. Of omdat u niet goed weet wat er te doen is en wat bij u zou passen. Vervelend, zeker als u zich hierdoor eenzaam voelt.

Pulse kan helpen! Tijdens een kennismakingsgesprek vragen we wat u leuk vindt, wat u kunt en waar u energie van krijgt. Vervolgens zoeken we samen met u een nuttige en prettige vrijetijdsbesteding voor u. U kunt denken aan meedoen aan activiteiten buitenshuis,

vrijwilligerswerk of het opdoen van sociale contacten/uitbreiding van uw netwerk. Een vrijwillige netwerkcoach van Pulse helpt u hierbij. U kunt contact opnemen met Babette Romijn en Giselle Alders.

Buurtkamer

De Buurtkamer is speciaal bedoeld voor zelfstandig wonende ouderen die niet meer zo makkelijk deel kunnen nemen aan allerlei activiteiten en het prettig vinden om in een rustige omgeving een kleine groep mensen te ontmoeten. Vast onderdeel van De Buurtkamer is het samen koffie/thee drinken en er is de mogelijkheid om gezamenlijk de lunch te gebruiken. Elke dinsdag van 10.15-13.30 uur in Dorpshuis De Schouw, M.A.A. Schakelplein 6, Lopik. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Brigit den Hartog, Anouk Robben, Giselle Alders en Babette Romijn.



Activiteiten

Activiteiten die aangeboden worden bij De Buurtkamer, sluiten aan bij de wensen van de deelnemers. U kunt daarbij denken aan: gesprek rond thema's die u aanspreken en bezighouden, herinneringen ophalen en aan elkaar vertellen, knutselen, (geheugen)spelletjes doen, kaarten maken, wandelen/bewegen. Aanmelden: Pulse ☎ 030 - 68 68 030.



De opticien/contactlensspecialist en
audicien in Lopik

Rolafweg Noord 61 o 3411 BJ Lopik
T + 31 (0)348 214 722
www.barthugooptiek.nl



BERGSTRA
AANNEMERSBEDRIJF
EN
ONDERHOUDSWERKEN

TEL. 0348-551329 www.bergstrabv.nl

Kwaliteit is onze reclame!!



Stichting Protestants Christelijke Begraafenisverzorging Lopik

een respectvol afscheid
in protestants christelijke sfeer

uitvaartverzorger:

P. den Butter 0348 55 30 39/0621 867 398

pdenbutter1@hetnet.nl



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

Stichting Protestants Christelijke Begraafenisverzorging 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 uitvaartverzorger, 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 geloofs-overtuiging niet bij ons terecht kunnen. Belangrijk is dat onze uitvaartverzorger 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 uitvaart verzorger 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

De Blikvanger

De Blikvanger is een ontmoetingsplek voor mensen met een oogaandoening in de gemeente Lopik. U kunt er ervaringen uitwisselen over het leven met een visuele beperking. Maar deze gezellige groep doet veel meer dan dat. Het is actief genieten met een beperking! Sporten, quizzes, aangepast bingo en kegelen, gastsprekers en excursies. En kennis opdoen over bijvoorbeeld het zelfstandig kunnen (blijven) functioneren, over het reizen met het openbaar vervoer, over de effecten van diverse soorten licht e.d. Wij komen elke donderdagmorgen bij elkaar in Dorpshuis De Schouw van 10.00-12.00 uur.

Kosten: € 3,00 p.p. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Mandy Cozijn, buurtsportcoach Stichting Pulse, ☎ 030 - 68 68 030 / 06 - 580 71 169.

✉ m.cozijn@stichting-pulse.nl

Financiën op Orde

Hulp nodig bij uw administratie? Heeft u schulden of andere financiële problemen? Wilt u weten waar u recht op heeft of wat u moet regelen als uw inkomen of leefsituatie veranderen? Neem dan kosteloos en vrijblijvend contact op met Financiën op Orde van Pulse. Wij kunnen u helpen tijdens het spreekuur of een vrijwilliger komt bij u thuis om te helpen bij de administratie. U doet nog wel zoveel mogelijk zelf, de vrijwilliger adviseert en ondersteunt. Elke dinsdag- en woensdagochtend van 09.30-12.30 uur is er een inloopsprekuur waar u zonder afspraak binnen kunt lopen. Neem voor meer informatie contact op met Fatima Bouzerrade, Financiën op Orde, via ✉ financien-op-orde@stichting-pulse.nl

Waarmee kan Financiën op Orde u helpen?

- Administratie ordenen en brieven lezen
- Schrijven van bezwaarschriften
- Treffen van betalingsregelingen
- Invullen van formulieren
- Aanvragen van toeslagen
- Informatie geven over praktische gevolgen van echtscheiding en baanverlies
- Overzicht krijgen over inkomsten en uitgaven (budgetteren).

Buurtbemiddeling

Burenoverlast? Trek op tijd aan de bel!

Goed contact met burens is niet vanzelfsprekend. Zeker niet als er irritaties zijn. Met elkaar praten is dan vaak lastig. De spanning loopt op en een oplossing is niet in zicht.

Wat nu?

Blijf met een burencan conflict niet rondlopen, maar doe een beroep op ons. Wij kunnen u passende ondersteu-

ning bieden. Dit kan informatie zijn, een advies of een bemiddeling. Bij een bemiddeling voeren twee ervaren buurtbemiddelaars een gesprek met u. Zij praten vervolgens ook met uw burens. Als u beiden instemt, organiseren de bemiddelaars een gezamenlijk gesprek. Daarin bespreekt u de situ-

atie en zoekt u samen naar oplossingen. Uit ervaring weten we dat die gesprekken vaak verrassend succesvol zijn. Wij gaan geheel vertrouwelijk met uw informatie om.

Buurtbemiddeling is geheel gratis.

Bel of mail naar de coördinator Buurtbemiddeling:

Jette Bertels ☎ 06 - 479 20 229,

✉ j.bertels@stichting-pulse.nl

Nederlandse taal

Kennis van de Nederlandse taal is belangrijk als je mee wilt doen in de maatschappij. Taal heb je bv. nodig bij de huisarts of wanneer je met een computer werkt. Daarom is Pulse er voor iedereen die (beter) Nederlands wil leren!

Digi-inloop

De digi-inloop in Lopik heeft op dit moment geen ruimte voor belangstellenden. De groep zit vol. Met digitale vragen kunt u terecht in de bibliotheek van Lopik.

Taal voor vrouwen

Groepsles Nederlands voor vrouwen. Onder begeleiding van enthousiaste taalvrijwilligers wordt gewerkt aan een beter taalbegrip in een gezellige sfeer.

Wanneer: dinsdagochtend 09.30-11.30 uur.

Locatie: De Schouw, M.A.A. Schakelplein 6, 3411 DJ Lopik.

Vragen?

Wil je meer weten over de mogelijkheden van taalondersteuning bij Pulse? Neem dan contact met ons op. Wij helpen je graag!

Wij zijn van maandag t/m vrijdag van 09.00 tot 17.00 uur bereikbaar via ☎ 0348 - 79 20 06.

Mailen kan ook: ✉ taalhuis@stichting-pulse.nl





Op de volgende datums bent u van harte welkom in het Alzheimer Café te Lopik

23 november:

dementie en levensende

25 januari:

dementie en muziek

Locatie de Schouw, aanvang 19.30 uur.

Voor meer info: ☎ 06 - 124 34 770



Op Wereld Alzheimer Dag heeft een aantal mensen met dementie onder leiding van Arie Schep een heerlijk diner voorbereid waarvoor zij ieder 3 gasten mochten uitnodigen. Zij werden bijgestaan door de vrijwilligers van Dementievriendelijk Lopik en door wethouder Gerrit Spelt en beleidsondersteuner Denise Alblas van de gemeente Lopik. Dankzij financiële ondersteuning van de gemeente Lopik en de fantastische begeleiding van Arie Schep is deze dag een waar succes geworden.

Dementievriendelijk Lopik heeft in oktober in alle kernen van de gemeente Lopik themabijeenkomsten georganiseerd om mensen te informeren over dementie. Het motto van deze avonden was: 'Iedereen doet mee'. De meeste mensen met dementie blijven na de diagnose nog zo lang mogelijk zelfstandig thuis wonen. Het is daarom belangrijk dat de samenleving weet hoe om te gaan met mensen met dementie.

Wilt u meer weten over het omgaan met dementie? Heeft u of uw organisatie, vereniging of bedrijf interesse? Neem dan contact op met de werkgroep Dementievriendelijk Lopik via ☎ 06 - 124 34 770. Neem ook eens een kijkje op de website www.samendementievriendelijk.nl en doe de GRATIS training GOED omgaan met dementie, dan bent u voorbereid wanneer u iemand met dementie tegenkomt.



Verslag van de opening ouderencomités seizoen 2023-2024 in de gemeente Lopik op vrijdagochtend 6 oktober in De Schouw te Lopik

Een heerlijke ochtend waar we met 157 personen een volle zaal hadden en waar we met koffie/thee en gebak verwelkomd werden. Door het 60+ comité van Polsbroek (dat de organisatie had) werd iedereen in de zaal welkom geheten, speciaal wethouder Spelt en het koor de StormVrouwen. Daarna kreeg wethouder Spelt het woord. Hij vertelde hoe belangrijk het is om contact met elkaar te houden maar vooral elkaar te blijven ontmoeten.

Vervolgens was het genieten van een optreden door de StormVrouwen uit Schoonhoven. Zij zorgden voor gezelligheid en veel meezingliederen. Het was een groot succes. Na het bedanken van de StormVrouwen en hun medewerkers werd hun een mooie rode roos aangeboden. Als afsluiting verzorgden de medewerkers van De Schouw een heerlijke lunch en door Wijni werd deze openingsochtend afgesloten met een gedicht.



De zon van de dag

*Aanvaard elke nieuwe dag als een geschenk,
als een gave en zo mogelijk als een feest!
Sta 's morgens niet te laat op!
Kijk in de spiegel en lach tegen jezelf
en zeg goedemorgen tegen jezelf
dan ben je een beetje geoefend
om het ook tegen anderen te zeggen!
Als je de ingrediënten van de "zon" kent,
kun je die zelf maken evengoed als dagelijkse soep.
Neem een grote portie goedheid, doe er flink wat
geduld in,
geduld met jezelf, geduld met anderen.
Vergeet dat tikkeltje humor niet,
om de tegenvaller te verteren.
Meng er een behoorlijke dosis werklust in
en giet over alles een gulle lach en je hebt
de "zon" van de dag!*



Onderstaand vindt u de activiteiten uit de kernen van Lopik. Elke kern heeft zijn eigen programma. Het is voor velen niet duidelijk dat u uiteraard van harte welkom bent in **ALLE** kernen en mee kunt doen met de activiteiten. Het aanbod is daardoor veel groter en ook interessanter. We vragen u wel om even te bellen met de contactpersoon van de kern om u aan te melden voor de activiteit, zodat zij daar ook rekening mee kunnen houden. We wensen u veel plezier.

BENSCHOP

Het Trefpunt

Voorzitter: Martien Oostenenk ☎ 0348- 45 16 61
Secretaris: Marja Boumans ☎ 0348 - 45 19 90
Penningmeester: Guus Boumans ☎ 0348 - 45 19 90
Locatie: Dorpshuis XXL, tenzij anders aangegeven.

Gymnastiek voor ouderen

Het Trefpunt.
Dringend behoefte aan deelnemers.
Bewegen is goed voor u.
Loop eens naar binnen en doe mee!
Iedere dinsdag van 10.45-11.30 uur.
Kosten: € 3,50 per les.
Docent: fysiotherapeut

Koersbal

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.
Er is plaats voor nieuwe spelers.

Rummykub

Wie wil op de woensdag dit spel spelen?
Meld u aan bij Marja Boumans en dan gaat zij dat organiseren.

Open Tafel-Project

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. In-troducés vanuit andere plaatsen zijn welkom met een inwoner uit Benschop.
Contact: Thea Boere, ☎ 0348 - 45 17 49. Vooraf betalen gewenst!

Klaverjas-/Rikkentoernooi

Locatie: Kantine Sporthal De Bosrand.
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 Benschop.
Iedere dinsdagmiddag van 13.00-17.00 uur (competitie).
Iedere vrijdagmiddag van 13.00-17.00 uur (competitie).
Kosten: € 50,00 per seizoen (incl. kopje koffie).
Contact: Kees den Hartog, ☎ 0348 45 17 59 of ☎ 06 - 220 90 031.

Het is op dit moment (okt.) nog niet bekend of de genoemde prijzen t.z.t. kunnen worden gehandhaafd.

CABAUW

60+ Cabauw

Secr.: Frank van Rooijen, ☎ 0348 - 89 00 10.
Contact: Margo Overbeek, ☎ 06 - 112 63 661.
Locatie: In 't Witte Paard, tenzij anders aangegeven.

Dinsdag 19 december

Kerstfeest in samenwerking met **SAMEN**Doen.
Locatie: In 't Witte Paard te Cabauw.
Nadere informatie volgt middels uitnodiging.

2 januari 2024

Nieuwjaarsbijeenkomst. Tussen 10.00 en 15.00 uur inloop in de Pastorie te Cabauw.
Ook weer in samenwerking met **SAMEN**Doen.

15 februari 2024

Jaarvergadering met bingo in 't Witte Paard te Cabauw.
Nadere informatie volgt middels uitnodiging.

Vaste activiteiten

Contact: Margo Overbeek, ☎ 06 - 112 63 661.

Bewegen voor ouderen

Elke maandag van 09.30-10.30 uur o.l.v. Jan Troe, fysiotherapeut. Kosten: € 2,50 per les.
Contact: Margo Overbeek, ☎ 06 - 112 63 661.

Open Tafel Cabauw

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



Activiteiten gemeente Lopik 2023

Onder voorbehoud

► Yin Yoga in 't Gossie

Locatie: 't Gossie, Cabauwsekade 41 A, achter in 't Witte Paard.
Ria Harmsen, ✉ ria@apotheyoga.nl, ☎ 06 - 522 64 940.
Dinsdagochtend van 09.00-10.00 uur en van 10.30-11.30 uur.
Kosten per maand: € 20,00.
Materiaalkosten: eenmalig € 10,00.

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

JAARSVELD

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

Dinsdag 19 december om 10.30 uur

Kerstviering met lunch.
Nel Rijnveld gaat ons over de Kerststal vertellen en laten zien.

Woensdag 10 januari 2024 om 14.30 uur

Nieuwjaarsreceptie.

Woensdag 14 februari om 14.00 uur

Gym, daarna creatieve middag i.v.m. Valentijnsdag.

Woensdag 27 maart om 14.00 uur

Paasbingo met prijsjes die zeker met Pasen te maken hebben.

Uitnodigingen met meer informatie worden bezorgd.

LOPIK DORP

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

Spel-en activiteitenmiddagen

Iedere 1e en 3e woensdag van de maand van 14.00-16.00 uur.
Rummikub, Mens erger je niet, Triominos, Sjoelen, Kegelen, Klaverjassen en het Lopiks Memoriespel.

03 januari 2024

Nieuwjaarsbijeenkomst van 14.00 - 16.00 uur en spel-activiteiten.

17 januari 2024

spelactiviteiten van 14.00 - 16.00 uur.

31 januari 2024

extra activiteitenmiddag.

07 februari 2024

spelactiviteiten van 14.00 - 16.00 uur.

21 februari 2024

spelactiviteiten van 14.00 - 16.00 uur.

06 maart 2024

spelactiviteiten van 14.00 - 16.00 uur.

20 maart 2024

spelactiviteiten van 14.00 - 16.00 uur.

GEZOCHT:

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

Kegelclub "Wieleroord 80"

Wij kegelen in competitieverband op de dinsdag-, woensdag- en donderdagavond van 19.30- 22.00 uur. alsmede ook op de donderdagmiddag vanaf 13.30-15.00 uur. Jaarlijks vanaf 1 september tot 30 juni. De eindtijden zijn afhankelijk van het aantal spelers en het kan dus sneller of juist later worden beëindigd. Tijdens de competitie zijn er altijd nieuwe deelnemers welkom!

Daarnaast wordt er in het najaar jaarlijks een 9 kernen toernooi gehouden. Voor dit jaar was dat op 10 november.

Kegelclub "Wieleroord 80" is in de Schouw, M.A.A. Schakelplein 6 te Lopik.

Correspondentie-adres: ✉ puchhans@gmail.com

Secretaris: Will Nijenhuis.

Penningmeester: Hans Verhoeven.

Voorzitter: Mai Hoefs.

LOPIKERKAPEL/UITWEG

Seniorencomité Lopikerkapel/Uitweg
Secretariaat: Mw. M. Zwanenburg, ☎ 0348 - 55 31 50.
Locatie: De Ark, Lopikerkapel

Dinsdag 19 december

Kerstmiddag.

Dinsdag 23 januari 2024

om 14.00 uur.

De heer J. Verkade uit Oud Beijerland geeft een presentatie over Dienst Koninklijke en Diplomatieke beveiliging.



Activiteiten gemeente Lopik 2023

Onder voorbehoud

► **Dinsdag 20 februari**
om 14.00 uur.

Koersbal

Dit spel wordt 1 keer per maand gespeeld op de dinsdagmiddag. Locatie: De Ark van 14.00-16.30 uur. De data hiervoor zijn: 5 december, 9 januari 2024, 6 februari, 5 maart en 2 april. Indien u wilt kennis maken met het spel koersbal, dan bent u van harte welkom om eens te kijken en/of mee te spelen.

Buurtvereniging Uitweg

Ouderencomité: Ineke Snel, ☎ 06 - 493 32 809.
Secretaris: Rick Kuijf
✉ rick.kuijf@hotmail.com
Locatie: Buurthuis Uitweg

Klaverjassen voor 55+ groep

Dinsdagmiddag om de veertien dagen van 13.30-16.30 uur.
Rick Kuijf zal het klaverjassen op zich nemen,
☎ 0348 - 55 31 01 ☎ 06 - 480 90 402.
Maarten Broekhuizen verzorgt de aan/afmeldingen,
☎ 06 - 537 02 182.

Programma 55+ soos

Buurthuis d'Ouwe School, Lopikerweg Oost 181,
3412 KE Lopikerkapel.

Spellenmiddag

Klaverjassen, rummikub, sjoelen en bingo.
Tijd woensdagmiddag van 13.30 - 16.30 uur.
Aanvang: 10 januari 2024 elke veertien dagen
(even weken).
Contactpersoon: Dhr. G. Markies, ☎ 06 - 822 77 743.

ZONNEBLOEM BENSCHOP/POLSBROEK

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

Donderdag 14 december

Kerstviering in Maranatha.

Vrijdag 5 januari 2024

Nieuwjaarsreceptie in Dorpshuis Benschop

Zaterdag 27 januari

Toneelvereniging PJGU in het dorpshuis.

Vrijdag 15 maart

Nationale pannenkoekendag.

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.

15 december

Kerstviering met de gitaargroep Accoord uit Cabauw.

10 januari 2024

Kees Terlouw uit Vianen laat ons meegenieten van zijn reis door Zuid-Engeland en Wales.

21 februari 2024

Gemke Jager uit Schoonhoven (Kunsthistoricus) laat zien en komt vertellen over antieke sieraden uit de 19e en 20e eeuw.

Meer bewegen voor ouderen

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

WILLIGE LANGERAK

Seniorencomité:
Voorzitter: Dik Chaigneau, ☎ 0182 - 38 38 07.
Contact: Janny Markus, ☎ 06 - 234 93 636.
Locatie: De Bron, tenzij anders aangegeven.
Vervoer: Dirk Koorevaar, ☎ 0182 - 38 55 32,
Alles onder voorbehoud.

Dinsdagmiddag 5 december

om 14.30 uur. Sinterklaas met bingo.
Er worden in totaal 4 rondes gespeeld met 3 prijzen per ronde.
Kosten voor deze middag inclusief koffie/thee € 5,00.

Dinsdagmorgen 19 december

om 10.30 uur. Kerstbrunch met aansluitend kerstviering.
Kosten voor deze brunch met koffie/thee en petit fours zijn € 10,00.

Dinsdagmiddag 16 januari 2024

om 14.30 uur. Dhr/mevr. Schippers komt vertellen over het thema de jaren 60.
Gebeurtenissen uit die tijd met muziek erbij.
Kosten voor deze middag met koffie/thee en iets lekkers € 5,00.

Dinsdagmiddag 13 februari

om 14.30 uur. Film over "Langs de Lek" met daarna erwtensoep.
Kosten in totaal met koffie/thee etc. zijn € 7,50.

Woensdag 28 februari

om 17.30 uur. Gezellig samen eten in het buurthuis 't Wilgegat. Kosten volgen nog.



► Dinsdagmiddag 26 maart

om 14.30 uur komt Lou Rijnveld van het natuurmuseum "de Wielewaal" vertellen over bepaalde onderwerpen die met hier te maken hebben. Kosten voor de koffie/thee etc. zijn € 5,00.

Gymnastiek

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

Bridgeclub Lopik

Beste mensen,
Wat gaat de tijd toch snel, wij hebben alweer een derde van het seizoen 2023-2024 er op zitten. Het grappige is dat bijna nooit hetzelfde koppel wint. Wij zoeken nog steeds naar enthousiaste bridgers die onze vereniging willen versterken. Het liefst per paar natuurlijk, lukt dat niet komt u alleen.
Lekker 's middag kaarten dan hoeft u 's avonds niet meer uit.
Gelukkig hebben wij leden van elk niveau, van redelijk goed tot uitmuntend.
Het is elke keer een verrassing wie er die middag op de eerste plaats eindigt.
Wij bridgen in Dorphuis De Schouw, M.A.A. Schakelplein 6, 3411 DJ Lopik. Parkeerplaats is ruim voldoende aanwezig dus dat is het probleem niet. Natuurlijk gaan we voor de punten maar gezelligheid is troef en staat voorop.
Als u meer gegevens wilt hebben over onze vereniging, kunt u/jij contact opnemen met Jan Tigchelaar ☎ 0348 - 55 27 06.
Tot ziens in Dorphuis de Schouw in Lopik
Bestuur bridgeclub Lopik.



De Blikvanger

De Blikvanger is een lotgenotengroep voor mensen met een visuele beperking.

Elke donderdagochtend komen ze bij elkaar. Elke week drinken ze een bakje koffie, kletsen ze bij en leren ze van elkaar. Geen week is hetzelfde, zo speelt je de ene week een quiz en een andere week bezoeken we een museum of de wijktuin.

Daarnaast zijn er verschillende creatieve workshops en kan er in het zomerseizoen gezwommen worden. Heeft u weleens voelbingo gespeeld? Bij de Blikvanger wordt rekening gehouden met ieders beperking, maar je wordt tegelijkertijd ook uitgedaagd.

Elke donderdag van 10.00 - 12.00 uur
Dorpshuis De Schouw,
M.A.A. Schakelplein 6, 3411 DJ Lopik
Contributie: € 3,00 per keer.

Inlichtingen:

Mandy Cozijn, buurtsportcoach Stichting Pulse
☎ 030 - 68 68 030 ☎ 06 - 580 71 169
✉ m.cozijn@stichting-pulse.nl

Stg. SRL. Inz. Streekkaarten ouderen

Activiteit: klaverjassen, rikken en schutjassen.
Tijd: 13.30-16.30 uur, deur open 13.00 uur.
Kosten € 5,00 p.p.

Dinsdag 12 december 2023

Buurthuis De Triangel, Polsbroekerdam.

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 januari t/m april 2024:

Dinsdag 16 januari 2024:
Dorpshuis Ons Dorp, Polsbroek
Dinsdag 13 februari 2024:
Dorpshuis De Schouw, Lopik
Dinsdag 12 maart 2024:
Buurthuis De Triangel, Polsbroekerdam
Dinsdag 9 april 2024:
Dorpshuis XXL, Benschop

**BRANDSTOFFENHANDEL
ERNST BOERE**

Lopikerweg west 95A
Cabaauw - Lopik
Tel. 0348 - 551218

Uw adres voor olie, gasflessen, kolen, briquettes.

Alle soorten Q8 smeermiddelen en vetten en KIWA gekeurde tanks, opvangbakken en IBC's.



Belangrijke adressen Lopik

Om te bewaren

- **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

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

GEZONDHEIDSZORG

Medisch Centrum Lopik: Beatrixplantsoen 1A, 3411 DA Lopik ☎ 0348 - 55 21 89

Huisartsen spoednummer ☎ 0348 - 55 41 53

Huisartsenpraktijk Beatrixplantsoen: Beatrixplantsoen 1A, 3411 DA Lopik ☎ 0348 - 55 41 95

Medisch Centrum Polsbroek: Jonglevenweg 1, 3415 PP Polsbroek ☎ 0182 - 30 92 03

Huisartsenpraktijk Benschop: Florijn 3, 3405 BM Benschop ☎ 0348 - 45 14 12

Spoednummer: ☎ 0348 - 45 21 49

Huisartsenpost Midden Holland: Bleulandweg 10, 2803 HH Gouda ☎ 0182 - 32 24 88

Huisartsenpost Nieuwegein: 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

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

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 ☎ 06 - 129 86 134 ☎ 030 - 282 22 77

Vitras Thuiszorg/wijkverpleging ✉ zenwlopikoost@vitras.nl en zenwlopikwest@vitras.nl ☎ 088 - 854 32 20

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

Afscheid van Cock Smaling

Op dinsdag 26 september heeft Cock Smaling afscheid genomen van het Ouderencomité in Lopikerkapel. Sinds 9-10-1990 heeft ze in het bestuur gezeten. Eerst als lid en sinds 1991 als voorzitter. Toen nog presidente genoemd.

Voor de laatste keer nam Cock het woord en deelde de aanwezigenden zelf mede dat ze per vandaag is gestopt. Uiteraard was het bestuur al eerder op de hoogte en we hebben haar dan ook verwend met een mooie bos bloemen en een leuke attentie.

Cock, nogmaals via deze weg bedankt.
Ouderencomité Lopikerkapel



De Buurtkamer

Ontspanning & vermaak

De Buurtkamer is speciaal bedoeld voor zelfstandig wonende ouderen die niet meer zo makkelijk deel kunnen nemen aan allerlei activiteiten en het prettig vinden om in een rustige omgeving een kleine groep mensen te ontmoeten. Vast onderdeel van De Buurtkamer is het samen koffie/thee drinken en er is de mogelijkheid om gezamenlijk de lunch te gebruiken. Activiteiten die aangeboden worden bij de Buurtkamer sluiten aan bij de wensen van de deelnemers. U kunt daarbij denken aan: gesprek rond thema's die u aanspreken en bezighouden, herinneringen ophalen, (geheugen)spelletjes doen, kaarten maken.

Wanneer: elke dinsdag van 10.15 - 13.30 uur.

Waar: Dorpshuis De Schouw, M.A.A. Schakelplein 6 in Lopik.

Kosten: € 5,00 (als u niet wil meelunchen kost het € 2,00)

Vervoer is mogelijk, geef dit dan aan bij de aanmelding. Aanmelden en/of informatie:
Team Sociale Activering van Stichting Pulse

☎ 030 - 68 68 030.



de Wielewaal
natuurmuseum & klompenwinkel

Bewonder de natuur van Het Groene Hart
in een schilderachtige omgeving

Fam. Rijnveld
Tiendweg 26 - 3411 NB Willige Langerak (Lopik)
0182 38 44 54 - marijke@museumdewielewaal.nl

© museumdewielewaal museumdewielewaal.nl



Schep
PARTYSERVICE & CATERING

TEL : 030 - 6881431

*De ideale rustige omgeving
voor uw feest of diner.*

**JO'S
HAIR**



De kapsalon voor het hele gezin!
Rolafweg Noord 42c
3411BK Lopik
0348-552926

**HOVENIERSBEDRIJF
Erik Verhoef**

- Tuin ontwerp
- Advies
- Tuin aanleg
- Tuin onderhoud
- (Sier) bestrating
- Beschoeiingen
- Tuin afscheidingen
- Vloanders

Lopikerweg West 22
3411 AM Lopik
T 0348 551 412
www.hoveniersbedrijfverhoef.nl

SINDS 1990 IS BEDDENSPECIAALZAAK 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
www.citybedijsselstein.nl



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 Df Lopik
Bedrijfsleider: Angélique Drogé
E: angelique.droge@deschouwlopi.nl
T: 06-24855446 / 0348-553233



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 | 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 | www.uitvaartverzorgingmidland.nl