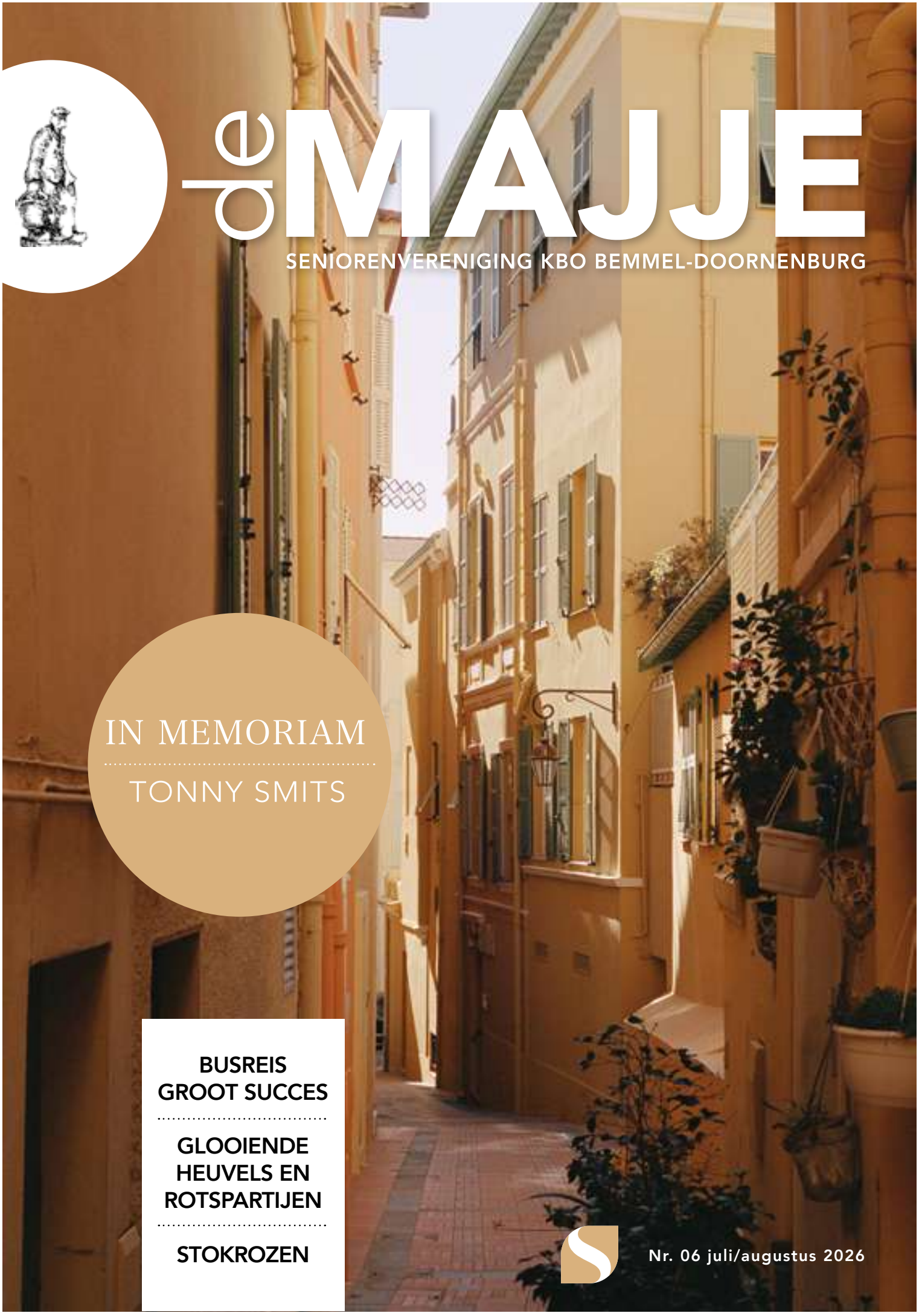


de MAJJE

SENIORENVERENIGING KBO BEMMEL-DOORNENBURG

IN MEMORIAM

TONNY SMITS

BUSREIS GROOT SUCCES

GLOOIENDE HEUVELS EN ROTSPARTIJEN

STOKROZEN

Nr. 06 juli/augustus 2026





15.000 m woonplezier onder één dak

Zansen totaal wonen EST. 1966

ELKE DAG OPEN!

Karstraat 95 Huissen

9.1/10 klantwaardering

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



Goed Horen
Uw gehoor, onze zorg

Heeft u moeite met horen of twijfelt u aan uw gehoor? Goed Horen helpt u graag!

Wij zijn elke dinsdag- en woensdagochtend aanwezig op ons servicepunt in Bemmel, bij DA Drogist van Appeldoorn. Indien gewenst kan er ook een afspraak gemaakt worden bij u thuis.

Uw gehoor verdient het allerbeste

Wat Goed Horen te bieden heeft:
- Gratis hoortest
- Advies over hoortoestellen
- Universele en op maat gemaakte gehoorbescherming
- Gecertificeerde droge gehoorgang reiniging (net als bij een KNO arts)

Servicepunt:
DA drogist van Appeldoorn
Dorpsstraat 45 Bemmel

Bel voor info of afspraak: 06-12552544
of mail naar henk.reuten@goedhoren.com
WWW.GOEDHOREN.COM

Gespecialiseerd in PEUGEOT & CITROËN

Hans Huijbers
EUROREPAR



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

Movetek
Compressiezorg

Wij nemen de tijd voor passende druk

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

Wilt u een afspraak maken?
Neem dan contact met ons op via telefoonnummer **06-589 699 38** of via onze website:

www.movetek.nl

COMPLETE BRIL MET GRATIS OOGMETING
BIJ DA DROGISTERIJ VAN APPELDOORN!



Bril op sterkte voor veraf óf dichtbij €49 compleet

Multifocale bril met leesgedeelte €99 compleet

Multi-plus bril met breder leesgedeelte €149 compleet

eyelove BRILLEN

AL ONZE PRIJZEN ZIJN:
Inclusief montuur en glazen op sterkte (óók kosteloos met cilinder en zonneglas)
Inclusief niet goed = geld terug garantie
Inclusief oogmeting, zonder afspraak
Inclusief ontspiegeling bij blanke glazen
Inclusief kraswerende laag
Inclusief keuze uit honderden monturen

Eyelove Brillen koopt u zonder afspraak bij:

DA DROGISTERIJ VAN APPELDOORN
Dorpsstraat 45, Bemmel
Tel. 0481-450 267
OPEN: di-vr 9-17 u, za 9-16.30 u

KBO NIEUWS

INHOUD

2 Vanuit de vereniging
3 Van de voorzitter
4 Rabobank Clubkas
5 In memoriam
6 Dichtbij en toch bijzonder
8 Stokrozen
9 Zomer- en vakantieperikelen
10 Hej 't nog noar de zin?
12 Tips van de fysio
13 Plaks lied
14 Puzzel
15 Vraag en aanbod
SAB

AGENDA
AUGUSTUS
12, 18, 19 en 26 augustus
Dagje uit busreis
8.30 uur vertrek Gouden Appel

SEPTEMBER
Pottenbakken
Op een vrijdag- of zaterdag-middag
14.00 uur.

KOFFIEOCHTENDEN
15 september
20 oktober
17 november
15 december
10.30 uur De Kinkel

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





Puffend stappen we de zomer in. Na een bruisend dweilweekend in Bemmel leek het wel alsof de weergoden pas goed in de stemming geraakten en voor hitte en tropische buien zorgden. Benieuwd waar dit allemaal op uit gaat draaien dit jaar.
De periode van feesten en buitenactiviteiten breekt aan. Bemmel on Wheels en de Dweildag hebben we al gehad, maar de Vierdaagse en de Bemmelse kermis staan voor de deur. Buurtfeesten en barbecues worden her en der georganiseerd. Veel mogelijkheden om samen te genieten van hetgeen geboden wordt. En laten we de busreis naar de Overijsselse Vecht niet vergeten!
Er is ook wat minder leuk nieuws te melden: ons erelid Tonny Smits is afgelopen week overleden. De altijd goedlachse maar bovenal super actieve ledenwerfster heeft veel voor de KBO betekend. We gaan haar missen.
De schoolvakanties breken aan en dan zien we weer veel mensen er op uit trekken naar strand, bos of bergen; dichtbij of veraf. Dan wordt het in veel situaties ook wat stiller als familie, buurtgenoten en vrienden een paar weken weg zijn. Niet iedereen wordt vrolijk van de zomervakantie. Maar ga niet bij de pakken neerzitten en zoek zelf contacten op. Drink eens een kopje koffie of thee met iemand die je toevallig tegenkomt of uitnodigt. Veel eenzaamheid kun je op die manier een beetje te lijf gaan.
Deze Majje zit weer boordevol met allerlei informatie: leuke verhalen over verschillende onderwerpen. Dat moet ook wel, want met het verschijnen van deze Majje zitten we alweer halverwege 2026. De volgende verschijnt pas eind augustus. Een kort reces voor de redactie en het bestuur. Misschien maakt u mooie herinneringen in deze maanden, laat het ons weten. Wij plaatsen uw verhaal met liefde.

Mooie maanden en tot eind augustus.
Henk en Eline

Reageren of zin in schrijven in de Majje?
Mail naar: redactie@seniorenbd.nl



Vanuit de Vereniging

WELKOM AAN ONZE NIEUWE LEDEN

Mevrouw A.M.T. Groothuizen-Broens
Mevrouw M.H.W. van Engen
De heer P.M.A. van Loon
Mevrouw W.J.G. van Lavieren
Mevrouw R.M.P. van den Brink-Koolmeijer
Mevrouw D.J.M.B. van Abel

IN MEMORIAM

Mevrouw J. Zwiebel-van den Berg
Mevrouw A.A. Smits

EXTRA BUSREIS VOOR LEDEN KBO EN DEELNEMERS SAB

OP 18 AUGUSTUS

Elk jaar weer een groot succes; onze busreis in augustus!
De vele positieve reacties, blije gezichten, enthousiaste verhalen en ervaringen van de deelnemers in de afgelopen jaren hebben ertoe geleid dat we dit jaar zo ontzettend veel aanmeldingen hebben ontvangen dat we besloten hebben om een extra dag te organiseren.
Op 18 augustus is er de mogelijkheid om alsnog met de busreis mee te gaan naar het Vechtdal in Overijssel. Het belooft een prachtige dag te worden met een boottocht een uitgebreide koffietafel en een rondrit door het Overijsselse land.

Op dit moment zijn Willemien en Bep druk bezig met de indeling van deze vier bussen. Ook lopen de inschrijvingen langzaamaan vol. Echter, in deze vierde bus zijn nog enkele plaatsen vrij.

Dus; was u net te laat met aanmelden en heeft u nog zin om mee te gaan op de 18e? Neem dan con-tact met ons op:
Willemien, tel. 06 - 57 31 01 99 of
Bep tel. 06 - 27 50 70 51.

Maar wees er snel bij, want vol is vol.

Uw wijziging of afmelding kunt u doorgeven:
Per brief:
Ledenadministratie Seniorenvereniging KBO Bemmel-Doornenburg, Brouwerslaan 46, 6681 EA Bemmel
Per e-mail: ledenadministratie@seniorenbd.nl
Via een formulier op de website:een wijziging via: www.seniorenbd.nl/leden/wijzigen een afmelding via: www.seniorenbd.nl/leden/afmelden

Ton Philips bedankt het KBO-bestuur voor de attentie die hij mocht ontvangen.





Van de voorzitter

WEGENS OVERWELDIGENDE REACTIES EEN VIERDE BUS VOOR ONZE BUS-BOOTREIS!

Beste lezers,

Zoals dat zo mooi heet neem ik even de honneurs waar van onze voorzitter Erik. Dus nu geen financieel verhaal als penningmeester.

Als ik dit stukje schrijf wordt het pas de tweede warme dag in de maand juni. Daarvoor was het overwegend nat, grauw en grijs. Ook de verhalen die ons de afgelopen weken bereikten waren, -naast leuke anekdotes en verhalen over onder andere Bemmel on Wheelz en de Dweildag-, voor een deel grauw en grijs: de ene bekende was plotseling ernstig ziek, anderen zaten nog in spanning over de diagnose of over het behandeltraject. We leven met hen mee en steken een kaarsje op voor een goede uitslag!

Gisteren bereikte ons ook het bericht dat mevrouw Tonny Smits, erelid van onze Seniorenvereniging, op eenennegentigjarige leeftijd was overleden. Ze was tot het laatst een sterke en actieve vrouw. In de beginjaren van onze vereniging heeft zij veel voor de opbouw en de ledenwerving betekend en terecht een erelidmaatschap verdiend! Tonny bedankt!

En de wereld gaat door. Onze vereniging ook. Wij hebben op 10 juni met ruim 80 geïnteresseerden een drukbezochte informatiemiddag in de Kinkel gehad. Onder de pakkende titel 'Eigen stroom is goud waard' hebben Cor, Paul en Boudewijn, energie-adviseurs van Lingewaard Energie, uitleg gegeven over hoe je nu én straks het best om kunt gaan met de energieopbrengst van de zonnepanelen: van salderend naar zelfvoorzienend! Met andere woorden wat kun je doen om 'je eigen stroom' zoveel als mogelijk zelf te gebruiken. Daarbij kwamen onder meer het gebruik van elektrische apparatuur tijdens de zonne-uren, de energieopslag, de thuisbatterij en de meterkast aan de orde. Er werden veel vragen gesteld en beantwoord. Al met al een heel interessante middag voor de zonnepaneelbezitters. En wie nog vragen heeft kan terecht bij de adviseurs van Lingewaard Energie.

De reacties op de aangekondigde bus-bootreis naar het Vechtdal, die we samen met SAB organiseren voor onze leden, waren overweldigend! Binnen de kortste keren hadden zich al zo'n 220 deelnemers aangemeld. Daarmee was de limiet voor de drie bussen van 12, 19 en 26 augustus (maximaal 3x60 deelnemers per bus) ruim overschreden en zou het uitgangspunt gelden: VOL is VOL!
We konden het echter niet over ons hart verkrijgen om ruim 40 leden in de kou te laten staan! Daarom hebben we alsnog een vierde bus ingehuurd voor dinsdag 18 augustus. Zo kan iedereen die zich vóór 17 juni heeft aangemeld toch deelnemen aan de mooie bus-bootreis. We hebben weer mooie vooruitzichten!

Tot slot wenst ons bestuur u allen een fijne zonnige zomer!

Ruud Rouwmaat

DOE MEE

MET DE
RABO CLUBSUPPORT
STEMCAMPAGNE
2026

STEM OP:
SENIORENVERENIGING KBO BEMMEL-DOORNENBURG



Beste lezers,

Van 7 tot en met 28 september 2026 wordt voor Raboleden weer de grote Rabo ClubSupport Stemcampagne gehouden. Vorig jaar hebben wij ook meegedaan en -dankzij jullie stemmen én met dank aan de Rabobank- heeft dat een mooie bijdrage opgeleverd voor onze verenigingsactiviteiten.

Dit jaar hebben wij onze seniorenvereniging ook weer aangemeld voor een bijdrage. Nu in het kader van onze doelstelling met het motto 'Houd de Dorpsauto rijdend!'.
Eind 2021 hebben wij de Dorpsauto aangeschaft met als doelstelling het bevorderen van de actieve deelname van senioren (leden én niet-leden) aan de samenleving en met name voor hen die slecht ter been zijn én voor senioren zonder vervoer.

Met meer dan 4.300 ritten per jaar is het succes van de Dorpsauto inmiddels wel bewezen!

En -in het kader van het bereiken van de doelstelling- is het vervoer in principe nog steeds gratis! (Al is een vrijwillige gift van harte welkom.)

Ons huidige doel is om het vervoer -samen met een enthousiast team van vrijwilligers/chauffeurs- nog zo lang mogelijk aan te kunnen aanbieden. Door toename van de exploitatie- en vervangingskosten zijn wij daarvoor echter ook afhankelijk van bijdragen van derden, sponsoring e.d. Daarom ook onze aanmelding voor een bijdrage van Rabo ClubSupport 2026.

Met uw stem voor onze Seniorenvereniging stemt u voor een Rabo ClubSupportbijdrage om de Dorpsauto zo lang mogelijk rijdend te houden.

Dus doe mee!
Log vanaf 7 september a.s. in op uw Rabo ClubSupport en geef uw stem aan onze Seniorenvereniging KBO Bemmel-Doornenburg.

Alvast bedankt voor uw stem!

Ruud Rouwmaat,
Penningmeester
Seniorenvereniging KBO Bemmel-Doornenburg

In Memoriam

GEDREVEN & ONVERMOEIBAAR, "POSITIEF DE TOEKOMST INKIJKEN"



TONNY SMITS

Midden in de maand juni werd de seniorenvereniging KBO opgeschrikt door het bericht dat ons erelid Tonny Smits was overleden. Tonny was de laatste maanden al wat aan het 'sukkelen', maar zoals we Tonny allemaal kennen, ging ze gewoon door en bleef positief de toekomst inkijken.

Ze had zich zelfs nog ingeschreven voor de geplande busreis in augustus. In haar laatste dagen bleef ze met de KBO bezig, want de reisorganisatie moest wel weten dat het er niet meer inzat voor Tonny.

De meeste KBO-leden kennen Tonny als gedreven en onvermoeibaar als het op ledenwerving aankwam. Als Tonny in de gaten kreeg dat iemand de 50 gepasseerd was, ging zij eropaf en menigeen is door haar lid geworden. De KBO kon zich geen betere ledenwerfster voorstellen en is Tonny dan ook veel dank verschuldigd.

Ze heeft jarenlang zitting gehad in het bestuur van de KBO Bemmel-Doornenburg en was ook daar een actief en betrokken pleitbezorgster voor alles wat met de doelgroep te maken had. Bij haar afscheid van het bestuur werd zij vanwege haar grote verdiensten voor de vereniging benoemd tot erelid.

De seniorenvereniging KBO-Bemmel-Doornenburg blijft Tonny een apart plaatsje geven in de herinnering.

We wensen haar kinderen en overige familieleden veel sterkte toe om dit verlies en gemis een plek te geven.

HET IS ONMOGELIJK
OM IEMAND
TE VERGETEN
DIE ZOVEEL GAF
OM TE
HERINNEREN

DICHTBIJ EN TOCH BIJZONDER

VOOR EEN MOOIE VAKANTIE HOEF JE NIET VER TE REIZEN. DAT GELDT ZEKER OOK VOOR WALLONIË



Samen met een vriendin had ik een airbnb geboekt in de buurt van Namen (Namur). Die vriendin woont in de buurt van Maastricht en van daaruit was het maar een uurtje rijden (zonder files!) naar onze bestemming. De airbnb was van alle gemakken voorzien, schoon, gezellig ingericht en met hele goede bedden.

Voor het eten brachten we nog een bezoek aan een dorpje in de buurt: Wépion. Dit zou het dorp zijn waar de lekkerste aardbeien van Wallonië vandaan komen. Naast een fruittuin hadden ze zelfs een aardbeienmuseum! Op dat moment verkochten ze helaas geen verse aardbeien, maar we konden wel een heerlijk glaasje aardbeienlikeur proeven, vermengd met mousserende witte wijn (een soort kir royale dus).

De volgende dag stond de mooie stad Dinant op het programma. Helaas begon de dag wat grauw en bewolkt. Als eerste gingen we naar de beroemde citadel van Dinant die heel strategisch hoog op een rots ligt. Het voorste gedeelte van de citadel was gewijd aan het tragische lot van Dinant tijdens de Eerste Wereldoorlog, met name 23 augustus 1914. Toen vernielde het Duitse leger de meeste gebouwen en vermoordde in totaal 674 onschuldige burgers. Nieuw voor mij was dat Charles de Gaulle als luitenant in het Franse leger ook betrokken was bij de slag van Dinant en op de brug over de Maas gewond raakte. Die brug is later naar hem vernoemd en aan de andere kant van de oever staat ook zijn standbeeld. De rest van de citadel hebben we bezocht met een tablet, waarop uitgebreide informatie te vinden was. Vanaf de citadel had je een prachtig uitzicht over de directe omgeving. Net op dat moment hadden we geluk dat de zon even scheen tussen de buien door!
Gelukkig verdween de regen na de lunch en brak de zon echt door. Perfect weer voor een stadswandeling!

In de loop van de week werd het steeds zonniger en warmer. De eerste dag van onze vakantie was het 15 graden en op onze terugreis stond de thermometer op 30 graden.

Het landschap in de regio Dinant-Namen is prachtig met zijn glooiende heuvels, mooie oude villa's en rotspartijen. De Maas ziet er heel anders uit dan de Nederlandse Maas. Langs de rivier loopt een internationale Maasfietsroute (de EuroVelo 19), die begint bij de bron in de Franse Vogezen en via de Belgische Ardennen in Rotterdam eindigt.









De rest van de week bezochten we de unieke watertuinen van Annevoie (het ingenieuze watersysteem dat in de 18e eeuw ontworpen werd, werkt nog steeds!), het fraaie kasteel Freÿr met zijn tuin, de prachtige kasteelruïne Montaigle en natuurlijk de hoofdstad Namen met zijn eveneens indrukwekkende citadel. Daar boekten we een Nederlandstalige rondleiding door een deel van de onderaardse gangen (in totaal vier kilometer lang). Het Nederlands van de gids klonk heel erg Frans en was niet altijd goed te volgen. Grappig was dat zij de citadel van Dinant een fort noemde, de enige echte citadel was die van Namen! In de middag wandelden we door de prachtige binnenstad.





In een groentewinkel zag ik doosjes aardbeien liggen die er heerlijk uitzagen. Ze bleken uit Wépion te komen! Ik kocht gelijk twee doosjes, een als toetje na de maaltijd en een voor de volgende dag thuis. Ze waren niet goedkoop, maar wat waren ze lekker! Ze maakten hun reputatie meer dan waar. Het kost een paar centen, maar dan heb je ook wat. Zo kon ik thuis ook nog even nagenieten van deze korte maar heerlijke vakantie.

Esther Berendsen



STOKROZEN

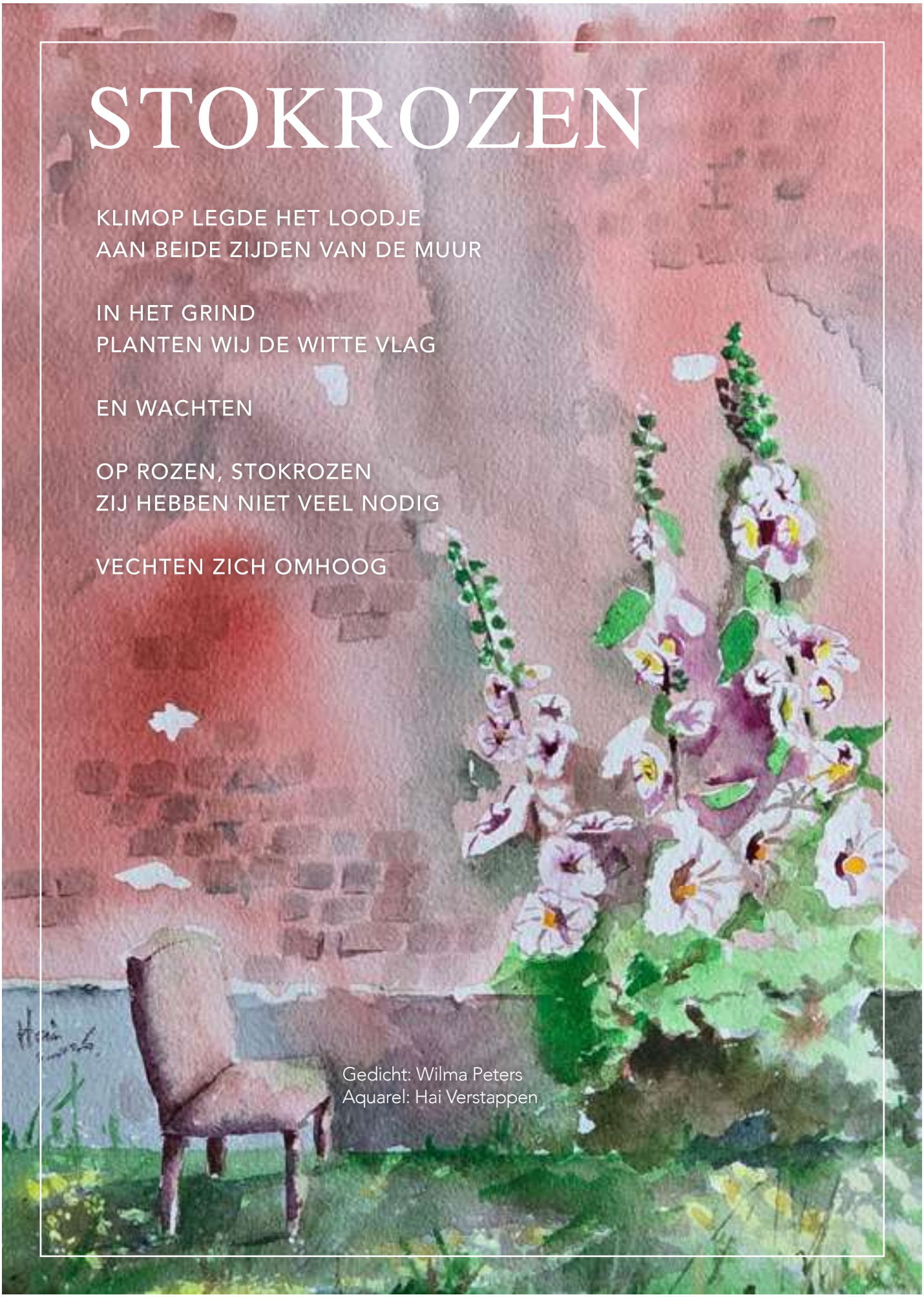
KLIMOP LEGDE HET LOODJE
AAN BEIDE ZIJDEN VAN DE MUUR

IN HET GRIND
PLANTEN WIJ DE WITTE VLAG

EN WACHTEN

OP ROZEN, STOKROZEN
ZIJ HEBBEN NIET VEEL NODIG

VECHTEN ZICH OMHOOG



Gedicht: Wilma Peters
Aquarel: Hai Verstappen

ZOMER- EN VAKANTIEPERIKELEN

(DEEL 2 HET STRAND)

Waar een grote massa vakantiegangers kiest voor een vakantie in het buitenland, bestaan er ook dagtochtjes. Mensen die bijvoorbeeld kiezen voor een dagje naar het strand, dierentuin of pretpark.

Wij gaan een dagje naar het strand. Uiteraard gebeurt dit als het snikheet is en dan ben je niet de enige die op deze dag hiervoor heeft gekozen. Maar goed, je weet waar je aan begint, dus alles inpakken en wegwezen; en als het even kan een beetje vroeg graag.
Na een optimistische start dient zich toch al vrij snel een file aan die zo te zien richting het strand gaat. Dat zie je aan de inhoud van de voertuigen, zoals kinderen die zich vervelen en opblaasspeelgoed dat voor de zee en het strand bedoeld is en ondertussen door de auto vliegt.
Gelukkig werkt de airco goed en langzaam maar zeker schuiven we richting het strand.

Eenmaal daar aangekomen is het een ware zoektocht om een parkeerplaats te vinden. Als er dan al een parkeerplaats kort bij het strand wordt gevonden, schrik je van de prijs voor een dagje parkeren en rijd je graag iets verder. Na een half uur rondrijden en drie keer hetzelfde punt passeren wordt er uiteindelijk een plekje gevonden, maar dat is wel twee kilometer vanaf het strand, dus dat wordt sjouwen.
Stoelen onder de arm, tassen over de schouder en een koelbox die om de vijftig meter van eigenaar wisselt omdat die te zwaar is. Aangekomen op het strand is het al een drukte van jewelste.
Eenmaal geïnstalleerd en iedereen voorzien is van de nodige smeerseltjes met minimaal factor 50 steekt direct de wind vanuit zee op. De zeer zorgvuldig geplaatste parasols en windschermen vliegen richting Duitse toeristen die er niet blij van worden. Overal zit zand, in de koelbox tussen de broodjes, in de zonnebrand, in je schoenen en zelfs op plekken waar zand normaal gesproken niet hoort te zitten.
Inmiddels schijnt de zon volop is de wind is gaan liggen en liggen wij ook. De handdoeken liggen zo dicht op elkaar dat je de gesprekken van volstrekt onbekenden ongemerkt kunt volgen. En dan heb je ook nog badgasten die denken dat het hele strand hun telefoongesprek moet horen, of iemand draait muziek waar niemand om gevraagd heeft.

Langzaam maar zeker begint ook de inhoud van de koelbox op te raken. De dag nadert haar einde en we zijn nog lang niet thuis. Nadat we ons allemaal nog één keer hebben getrakteerd op een lekker ijsje beginnen we te denken om richting huis te gaan. Spullen inpakken, naar de geparkeerde auto sjouwen, instappen en aansluiten in de inmiddels ontstane file met diezelfde mensen van een paar uur geleden, voor wie het strandbezoek er ook op zit.
Rustig komen we, moe en voldaan, thuis van een geslaagd dagje strand, al was niet alles perfect.
Maar dat is nou net het mooie van een dagtochtje en menigeen zal dan met een glimlach zeggen: "Ja, precies en zo gaat het."

Fijne vakantie, geniet ervan en blijf gezond,
Martin van Asten



HEJ 'T NOG NOAR DE ZIN?

'IK SNAP D'R GIN REET VAN! GOAN JULLIE DÓÁR WONEN?

De brief kwam binnen op zo'n doodgewone dag. Een dag die achteraf allesbehalve een gewone dag bleek te zijn. We zaten nog midden in de zorgeloze tijd van verkering en het uitgaansleven. Bij de gemeente hadden we ons voor een woning ingeschreven met het idee dat zoiets nog wel een paar jaar zou duren. Zo'n inschrijving die je doet en daarna meteen weer vergeet. Maar voor we het goed en wel beseften, kregen we al positief bericht: we kwamen in aanmerking voor een huurwoning. Niet zomaar een woning, néé…, nieuwbouw en potverdikkie ook nog een hoekwoning.

Ik zag gelijk de verbaasde blik van moeders. Het werd even stil alsof ze probeerde te begrijpen wat dit betekende. *Geet dat kwajong nou al het huus uut?* Niks gepland, te weinig gespaard en trouwen was nog een 'ver-van-ons-bed-show'. Wie dan leeft, wie dan zorgt. Maar ja, het was wél een kans en die laat je niet zomaar voorbijlopen. Veur je 't wit, pikt 'n ander 'm.

Diezelfde avond liepen we door de straat waar het huis gebouwd werd. Daar stond-ie!!! Althans…, in onze verbeelding want het huis moest nog helemaal opgetrokken worden. We keken elkaar aan en voelden ons trots en gelukkig dat dat grote, nieuwe huis helemaal van ons zou zijn. Terwijl we daar stonden, voelde het als een begin van een nieuwe fase in ons leven. De sleutel die we nog niet eens hadden, brandde al in mijn broekzak.

De vakantie werd geannuleerd en om wat meer in het loonzakje te krijgen ging ik als spieker-oloog werken in Duitsland. De Deutsche Marken waren welkom en in een rap tempo verzamelden we via via een uitzet en huisraad bij elkaar.

Een paar maanden later was het zover. We trouwden en settelden ons in ons eigen paleisje. Het viel allemaal op de juiste plek. Alsof het zo moest zijn. We woonden in een jonge buurt met gezellige buren. Hier begon ons burgerlijke leventje van huisje boompje beestje. Een Opel Kadett voor de deur, een hond en later kwamen er ook nog twee kindjes bij. We waren nog jong, maar in die tijd was dat voor Bemmel niks bijzonders. Vijftien jaar hebben we daar gewoond. Een tijd waarin alles gewoon doorging en vanzelf leek te gaan. Het klinkt misschien een beetje suffig maar we *hadden het er prima noar onze zin.*

Tot er weer wat begon te kriebelen. Een carrièreswitch bracht meer rust en zekerheid en we dachten: misschien kunnen we wel een huisje kopen? Dus opnieuw een balletje opgooien bij de gemeente. En ja hoor, we hadden wéér geluk. We konden intekenen op een nieuw te bouwen twee onder een kap woning. Spannend was het zeker, maar de wil was er. En zowel wij als de bank hadden geld zat om het depot te vullen. Dus werd het verhuizen. We vertrokken naar een nieuw, klein straatje. Nog voordat de verhuisdozen waren ingepakt, ging het nieuws al door het dorp; *hadden ze het daor nie mêr noar de zin?* Het is een vraag die in Bemmel standaard op een verhuisformulier zou kunnen staan.

Maar dit was nog niet het einde. Want ja hoor, na vijftien jaar begon het wéér te jeuken. Niet omdat we het in deze buurt niet noar de zin hadden. Integendeel, het was een supergezellig straatje. Misschien wel té gezellig. Daarom viel onze volgende verhuizing door anderen moeilijk te bevatten. De volgende stap was geen groter huis. Geen nog grotere tuin, maar juist kleiner. We gingen verhuizen naar een appartement. Goh, dit was wel schokkend nieuws. 'Jullie naar een appartement? Daar zijn jullie toch nog veel te jong voor? Dat doe je toch pas later als je oud bent?' En natuurlijk, daar was-ie weer: 'Hadden jullie het daor nie mêr noar de zin?'



Alsof kleiner wonen automatisch betekent dat er iets mis is gegaan. Of dat we misschien de goed wies kwiet waren? In een dorp mag je alleen verhuizen naar 'n appartementje als je bijna rijp bent voor een bejaardencentrum. Wij zagen het anders. Minder huis, minder moeten, meer gemak en meer tijd voor leuke dingen. Probeer dat maar eens uit te leggen. Toch deden we het. Mooi appartementje, mooi uitzicht. Geen grote tuin, maar een klein terrasje en lekker dicht bij het centrum. Het was wel even wennen, maar al snel voelden we ons hier thuis.

Na ruim twintig jaar herhaalde de geschiedenis zich. Je drinkt een biertje in Het Wapen van Bemmel, raakt aan de praat met de makelaar en voor je het weet loop je met een brochure onder de arm naar huis. 'Ik heb al een appartement uitgezocht,' zei ik bij binnenkomst tegen mijn vrouw. Dus ja hoor, we gingen wéér verhuizen. Dit keer midden in het centrum. Nog dichter bij alles en stiekem ook weer een nieuw avontuur. Natuurlijk had het dorp daar meteen weer wat van te vinden. *'Ik snap d'r gin reet van! Goan jullie dóár wonen? Jullie hadden doar zo'n mooi plekske, dat geef je toch niet zomaar op.'*

U raadt het al: opnieuw dook de vraag op die inmiddels bij ons adres lijkt te horen: *'Hadden jullie het daor nie mêr naar de zin?'* Alsof geluk vastgespijkerd zit aan bakstenen en vierkante meters. Maar goed, een dorp blijft een dorp waar iedereen meeleeft en belangstellende vragen stelt: *Wanneer gaan ze slopen?* Wanneer beginnen ze met bouwen? Wanneer is het klaar?

Inmiddels wonen we alweer ruim een jaar in ons nieuwe stekje, het appartementencomplex waar eerst de zaal van Janssen stond. Midden in het dorp, tussen de winkels, bekenden en het geroezemoes.



Eerlijk is eerlijk: we hebben het bar *noar* onze zin. Misschien juist wel omdat we ondertussen geleerd hebben dat het niet alleen maar om stenen draait. Niet om groter, kleiner of duurder. Uiteindelijk gaat het erom dat je op een plek woont waar je graag thuiskomt. Als iemand nu vraagt *'hej 't nog steeds noar de zin?'*, dan beaam ik dat volmondig.

Mocht het onverhoopt toch weer beginnen te kriebelen dan horen jullie het wel.

Willy Bongers

Tips van de fysio

FIETSEN



Nederland is een fietsland. We zitten veel op de fiets, zijn op de fiets opgegroeid. Vaak heeft u in het verleden verre afstanden gefietst of bent u zelfs op fietsvakantie geweest. Maar fietsen kan ook voor onzekerheid zorgen. Met het toenemen van de leeftijd, neemt de kans op vallen toe.

In 2022 waren er 25.100 slachtoffers van 65 jaar en ouder die op de spoedeisende hulp werden behandeld als gevolg van een fietsongeval. 58% daarvan was een eenzijdig ongeval. Dit betekent dat je niet gebotst bent met een andere verkeersdeelnemer of obstakel. Voorkomende letsels naar aanleiding van een val zijn bijvoorbeeld fracturen/ breuken (58%) van heup, pols of bovenarm. 16% van de slachtoffers liep zelfs licht of ernstig hersenletsel op. (Bron: VeiligheidNL).

Oorzaken voor zo'n val kunnen zijn: evenwichtsverlies (38%), uitglijden (19%), verstappen bij het op- of afstappen (10%) en uitglijden (17%).

Risicofactoren bij fysieke achteruitgang en fietsvaardigheden zijn vaak gerelateerd aan (verminderde) lichamelijke conditie. Dit kan komen door oog/visusproblemen, verminderde spierkracht, balans en verminderde cognitieve functies. Maar ook valangst en eerdere valongevallen spelen een rol.

Wil jij met meer vertrouwen, controle en plezier blijven fietsen?
In juli en september starten er weer nieuwe fietsvalpreventietrainingen. In juli wordt er gestart in Bemmel en Huissen en in september in Gendt.

Het is een 10 weken durende fietsvalpreventietraining, waarin je een persoonlijke intake kunt verwachten met nulmeting, kennismaking, 8 weken training in kleine groepen en een eindmeting/ evaluatie.

In deze trainingen wordt gewerkt aan balans en stabiliteit, veilig op- en afstappen, bochten maken, gecontroleerd remmen en noodstop, omgaan met verkeerssituaties en meer zelfvertrouwen op de fiets. Deze training is bedoeld voor een gewone fiets.

Hebt u interesse: mail naar info@fietsvalpreventie.nl of bel naar: 06 22 41 73 38.

Deze training geef ik niet zelf, maar ondersteun ik volledig! Want het is echt superbelangrijk!

Elleke Wijnands
Geriatrie-fysiotherapeut

Heb je weleens nagedacht over hoe jouw afscheid eruit mag zien?

Moments to remember
MIREILLE VAN KEMPEN

Waar herinneringen een plek krijgen....

Met hart en ziel begeleid ik je bij je uitvaart. Samen zorgen we voor een afscheid dat echt bij jou past en dat troost biedt aan de mensen om je heen.
Je mag altijd contact opnemen om hier in alle rust over te praten.



www.moments-to-remember.nl
mireille@moments-to-remember.nl
altijd bereikbaar op 0481-464727

Heeft u lang last van:
- pijn
- vermoeidheid
- minder bewegen

en u wilt zich gezonder voelen?

U bent van harte welkom voor een afspraak of tijdens het inloopspreekuur (donderdag 12:15 - 12:45)

Hartelijke groet, Lannette
Fysio wetenschappen coach

Wijnhoven Fysiocoaching
Begeleiding in Beweging.
Sandershof 2a
6681 BT Bemmel
wijnhoven-fysiocoaching.nl
☎ 0481-358804

PLAKS LIED

Op de Plak bun ik geboren
tussen koeienflats en koren
op de Plak steet mien huis
Goed oogsten en klooien
met de kersenpluk en 't hooien
op de Plak bun ik thuus

Ton de Knip knipte n't brood
d'ouwe Thé zweette zich rood
Mimi sneed tarwe en rog
En tante Zus zei: "Dá jók je toch!"

Gerrit en Bets heel wat mans
speulden dag en nacht patience
veel fruit en goed zoad
veul blagen 't risultaot

Wim de Meeuws de beste boer
had prachtig vee en goed voer
hij boalde het hooi wel duuzend pak
Dora had voor 't letste boalje nog 'n gaatje onder 't dak

De Meursen konden bar stuven
zingen fluiten en pruven
Jan en Daan pezende knoesten
je kon hun diesel dag en nacht heuren hoesten

Thé en Erna Bongers met hun winkel van Sinkel
veul goeds weinig kassagerinkel
en Geert van Meegen was er de boas
draaide umzet als parttime Sinterkloas

Toon de smid stókte menig uur
't iezer gloeiend in 't vuur
trakteerde 't Plakse volkja
op zijn schitterende aambeeldspolka
Nog steeds op alle wegen
kom je de wagens van Peters tegen
D'n Uul wit de weg rijdt nooit om
wat een klasse zonder tomtom

De Klompen en Pollemannen wisten van wanten
teelden in weelde als gruunte giganten
mooie velden ien de zommer
kilo's klasse knollen en komkommer

Antoon van Meegen was een bewogen klarinettist
speulde de blanke blues met een twist
Toon kweekte niet alleen mooie cyclames
maar ook een zoon en veel dames

Wim Polman voerde zijn vee menig wortel
onder 't toeziénd oog van een Turkse tortel
Hij heit hard gewerrek en geboeks
doardeur liep tie 'n tikkeltje schoeks

Soms spókte n't enurm
bij een brand of beeldensturm
maar moreel nooit platzak
met saamhorigheid op de Plak

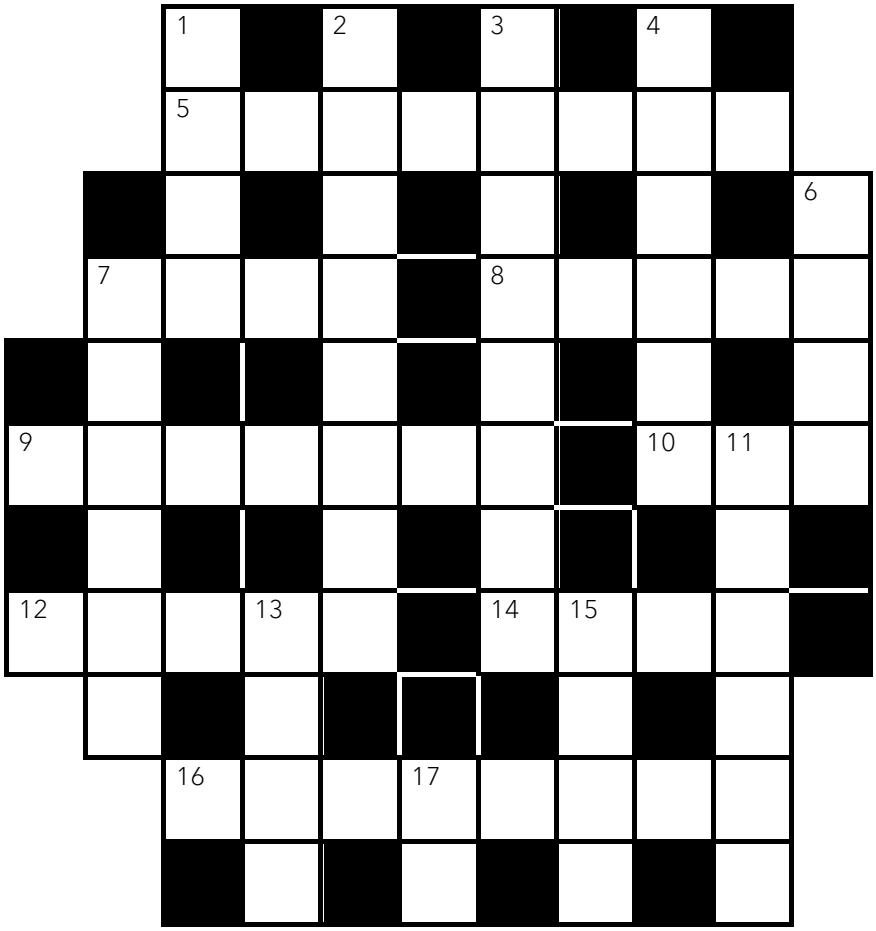
Op de Plak bun ik geboren
tussen koeienflats en koren
op de Plak steet mien huis
Goed oogsten en klooien
met de kersenpluk en 't hooien
op de Plak bun ik thuus

Gezongen op één van de Plakse feesten
Tekst: de Plakse Nachtegaal
Muziek: Bach/de Plakse Nachtegaal
Jan Vrijuiter



PUZZELPAGINA

CRYPTOGRAM



HORIZONTAAL:

5 - verkwister van beroep (8)
7 - een kleuterblad in de VIP-box (4)
8 - ruzie tijdens de dans (5)
9 - op die manier wordt een korf een Zen-cirkel (7)
10 - taal begint in Abcoude (3)
12 - het land van kunst reeds (5)
14 - een diertje met een vreemde kleur (4)
16 - het spoor voor het kippenhok lokaliseren (8

VERTICAAL

1 - het voertuig zit in de geldautomaat (4)
2 - de albatros kan anders langs een circuit staan (8)
3 - het hoofdkantoor in het midden (8)
4 - in het oog, de verwarde club uit Milaan als eerste (6)
6 - zo te horen is het kapot, doe er pleister op! (4)
7 - een beetje treffen is overgeven (6)
11 - 'n blaas in evenwicht brengen
13 - Laura heeft uitstraling (4)
15 - zo droog als graan (4)
17 - de maat van ijs (2)



VRAAG & AANBOD

- Heeft er iemand nog interesse in de jaargang 2025 van De Consumentengids? Anders belandt deze bij het oud papier!



- Bij het opruimen gevonden: een map je met zo'n 40 (merendeels ingeplakte) beschreven en onbeschreven kaarten van Anton Pieck.
  Mocht daar een liefhebber voor zijn, ook dan mag u zich melden bij:

Ineke Koreman
E-mail: korefrank@planet.nl
Tel.: 06 39 09 02 13

- **Cartridges voor Canon-printer**
  Gratis afhalen, cartridges voor canon-printer. Allemaal inhoud XXL en nog in originele ver-pakking.

  PGI-580PGBK (zwart)
  CLI-581BK (zwart)
  CLI-581C (cyaan)
  CLI-581M (magenta)
  CLI-581G (geel)

René Haegens
Tel.: 0481 46 22 56

SENIOREN ACTIEF BEMMEL

MAANDAG:
Yoga
09.00 - 10.00 uur
10.15 - 11.15 uur
11.30 - 12.30 uur
Toneel (Jong Belegen)
09.30 - 11.30 uur
Engels
(20 lessen)
10.00 - 11.30 uur
***Dynamic tennis**
10.15 - 11.45 uur
Bridge
13.30 - 16.30 uur

DINSDAG:
Yoga (stoelyoga)
09.30 - 10.30 uur
Yoga
10.45 - 11.45 uur
12.00 - 13.00 uur
15.30 - 16.30 uur
17.00 - 18.00 uur
Biljarten
13.00 - 17.00 uur
Tai Chi (Zhineng Qigong)
19.00 - 20.00 uur

WOENSDAG:
Tai Chi (Tao)
09.30 - 10.30 uur
Spaans half gevorderden
(28 lessen)
09.30 - 11.00 uur
Spaans Beginners vervolg
(28 lessen)
11.15 - 12.45
Biljarten
13.00 - 17.00 uur
Bingo, 2e en 4e wo.
14.00 - 16.00 uur
Instuif, 1e en 3e wo.
14.00 - 16.00 uur

DONDERDAG:
Line Dance
09.30 - 11.30 uur
Spaans Gevorderden
(28 lessen)
09.30 - 11.00 uur
Seniorenkoor
10.00 - 12.00 uur
***Dynamic tennis**
10.30 - 12.00 uur
Spaans Beginners vervolg
(28 lessen)
13.00 - 14.30 uur
Biljarten
13.00 - 17.00 uur
Bewegen op muziek
14.00 - 15.00 uur
15.15 - 16.15 uur
Spaans Beginners
(28 lessen)
14.45 - 16.15 uur

VRIJDAG:
Biljarten
13.00 - 17.00 uur

De cursussen en activiteiten vinden plaats in Cultureel Centrum "de Kinkel" in Bemmel. Met uitzondering van; * Dynamic Tennis: locatie: Sporthal de Bongerd.

COLOFON
Senioren Actief Bemmel
www.sab-bemmel.nl
info@sab-bemmel.nl
Voorzitter:
Henk Peperkamp
06 - 40 35 35 07
voorzitter@sab-bemmel.nl
Secretaris:
Willemien Hermsen
0481 - 46 35 55
secretaris@sab-bemmel.nl
Penningmeester:
Marcel Hermsen
06 23 36 74 60
penningmeester@sab-bemmel.nl
Coördinatie activiteiten:
Bep Cornelissen
06 - 27 50 70 51
Mieke Kuppen
06 - 18 14 28 96
coordinatie@sab-bemmel.nl
Deelnemeradministratie:
Erik Bruins
06 - 21 80 45 43
deelnemeradministratie@sab-bemmel.nl
Webbeheer:
Erik Bruins
webbeheer@sab-bemmel.nl
Cursusrekening:
NL77 RABO 0105 7099 48
t.n.v. Stichting Senioren Actief Bemmel

Donatuskoor Bemmel

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



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

Facebook

FYSIOTHERAPIE
FITPUNT

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

Seniorenondersteuning Lingewaard

Ondersteuning en begeleiding voor senioren

Edwin Mons 06-19088103
www.seniorenondersteuninglingewaard.nl

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

Autobedrijf Wientjes v.o.f.

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



Reparatie en onderhoud alle merken

Kattenlager 9a Bemmel, tel. 0481-356710 email: info@autobedrijfwientjes.nl

DRUKKERIJ PENTA

EVERYTHING YOU CAN IMAGINE YOU CAN CREATE

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

Janssen hoorzorg

hoortoestellen gehoorbescherming communicatie

Martijn Janssen, erkend audicien

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



www.janssenhoorzorg.nl



eet Polly winkel

We bezorgen

BIJ U THUIS

WWW.EETWINKELFOLLY.NL



De Meierij

EEN GEZELLIGE ZAAL VOOR AL UW FEESTEN

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

CAFÉ DE ROSKAM DORPSSTRAAT 95 BEMMEL 0481-461477



FEESTCAFE







COLOFON

Seniorenvereniging
KBO Bemmel-Doornenburg
www.seniorenbd.nl
info@seniorenbd.nl

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

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

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

Vice-voorzitter
vacature

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

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

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

Contactpersoon lief & leed
Ans van der Burgt
06 - 19 18 01 02

Ledenservice

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

Loa Lingenwaardse Ouderen Adviseurs
Meldpunt SWL
088 255 2555
meldpunt@swlingewaard.nl

Coördinatie bezorgservice De Majje
Henny Ebben
06 - 13 16 16 68
Johan Jansen

Webredactie
Ruud Rouwmaat
Harold Kainama
webredactie@seniorenbd.nl

Webbeheer
Erik Bruins
webbeheer@seniorenbd.nl

Coördinatoren Dorpsauto
Miriam van Kesteren
Harold Kainama
Mariëlle Hendriksen
Ineke Lucassen
Eldrid Lehman
06 - 82 33 80 56

Coördinatie lief & leed
Marianne Peperkamp
06 - 81 77 95 61

Vraag & Aanbod
Ineke Koreman
06 39 09 02 13
korefrank@planet.nl

Belastingservice
Wim van Meerkerk
06 - 53 34 77 25
Ger Stokman
06 - 48 83 30 73
René Haegens
0481 - 46 22 56
zie www.seniorenbd.nl
/leden/belastinginvulhulp

Rijbewijskeuringen
zie www.seniorenbd.nl/leden/
rijbewijskeuring

Majje no. 7 verschijnt op 8 september 2026. Inleveren kopij, foto's en dankbetuigingen t/m **donderdag 16 augustus 2026.**
E-mail: redactie@seniorenbd.nl





U bent welkom, ongeacht waar u bent verzekerd

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

Constantijn Koen
Uitvaartverzorging
&
Afscheidshuys Lingewaard

Dorpsstraat 41 | 6681 BL Bemmel
info@uitvaartverzorging-lingewaard.nl
www.uitvaartverzorging-lingewaard.nl

Dag en nacht bereikbaar: 0481 35 45 06

FYSIO Lingewaard
Dat voelt beter

DÉ PRAKTIJK VOOR

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

1 St. Maartenstraat 5
Doornenburg

2 Van Nispenlaan 2
Bemmel

3 Karstraat 22
Bemmel
Medisch Centrum

Maak direct een afspraak

026 214 81 55

info@fysio-lingewaard.nl

www.fysio-lingewaard.nl

Notaris
VanSchaik

Uw notaris
om de hoek

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

ASSENBURG

Veja Bloemen
Markt 51
6681 AG Bemmel
Tel.: 0481-462483
E-mail: info@vejabloemen.nl



Thijssen
brilmode | contactlenzen | optometrie



Welkom in de wereld van Thijssen...

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