

Bij de Tijd



januari 2025 nr. 1



**Actieve Senioren Vereniging
Oss / Maasland**

Eindredacteur *Rein Akkermans*

Vaste medewerkers:

Bart Molenkamp (voorzitter)
Meneer Doosje (columnist)
Cilian (poëzie)
José Ebben (Ti-Jo Tours)
Tineke Akkermans (Ti-Jo Tours)

Druk *Perqa*

Verspreiding *Ad Hack*
Margreet Hack

**Veel
wetenswaardigheden**

Redactieadres:
akkermansrein@gmail.com

Beste leden,

Verleden week nog werd ik herinnerd aan het bekende gezegde: "De weg naar de hel is geplaveid met goede voornemens". Moeten we dan maar geen goede voornemens maken? Ik dacht het niet!

Integendeel, ik voeg aan uw voornemens graag mijn wens toe: dat u maar veel goede voornemens mag maken:

goed voor u, uw naasten en liefst voor alles en iedereen. Als iedereen dat doet, is er geen spraken van een "hel", maar zeker weten wel van een "hemel".

Het allerbeste voor U allen in het nieuwe jaar!

De deadline voor BdT nr. 1 in 2025 is 17 januari.

*Rein Akkermans
Eindredacteur*



**Actieve Senioren Vereniging
Oss / Maasland**



Inhoudsopgave

Colofon /voorwoord redactie	1
Inhoudsopgave	2
Agenda	3
Mededelingen van de redactie	4
De voorzitter aan het woord	5
Mededelingen van het bestuur	6
Impressie koffiedrinken bij Coppelmans	7
Impressie Kerstbuffet 2025	8
Herdenking 80 jarige bevrijding (Ed Post)	10
Mededeling over biljarten	11
Cultuurhistorische lezingen over de Middeleeuwen	12
TI-JO TOURS	13
Uw aandacht waard 1: Seniorvriendelijkheid Oss	18
Uw aandacht waard 2: Alleen zijn: tips	19
HUMOR 1	22
Ook uw aandacht waard 1: Praat over wonen	23
Ook uw aandacht waard 2: CinePlus	25
Ook uw aandacht waard 3: Alzheimer café Oss	26
HUMOR 2	27
Woordkraker januari	28
Filippine 88	30
Sudoku Plus 87	31
Oplossingen puzzels uit Bij de Tijd nr. 11	32
Column meneer Doosje	34
Strip van Carolien	37
Recept van de maand januari	39
Algemene informatie	40
Adressen ASVOss / Maasland	41



Activiteiten in de Metoor

elke dinsdag	13.30u	tekenen en schilderen
di 7 jan	10.30u	koffiedrinken Metoor
di 21 jan	10.30u	koffiedrinken Metoor
ma 13 jan	13.30u	bestuursvergadering



Hoera !!!

Meteoor koffiedrinken

**dinsdag 7 en 21 januari
10.30 – 12.30u**



Kroonjaren

geen kroonjarigen in november

12 jan	Wim	dhr	Awater	90
25 jan	Gerrie	mevr	Raak van	80

N.B. Wilt u uw naam niet bij de kroonjaren laten vermelden, laat het ons tijdig weten, wij zullen u dan niet in de lijst opnemen.

MEDELINGEN VAN DE REDACTIE

1

Begin december zocht een ASVO lid contact met de redactie: zij kon Bij de Tijd nr. 12 niet openen.

Andere leden die BdT per mail krijgen, lijken dit probleem niet te hebben.

Bij nader contact bleek het lid dat aan de bel getrokken heeft, Bij de Tijd op haar mobiel te ontvangen. Een vriendin van haar had hetzelfde probleem.

Wel beste leden, dit is een probleem dat de redactie niet kan verhelpen!

Bij de Tijd is niet bedoeld voor ontvangst op een mobieltje. Op een laptop, pc of iPad kan Bij de Tijd wel goed geopend en ontvangen worden.

Heeft u alleen een mobieltje en geen pc of iPad, dan kan ik u slechts het advies geven om Bij de Tijd per post aan te vragen. Helaas is de gedrukte versie wel niet in kleur.

2

De redactie wordt ook gevraagd om in de inhoudsopgave alle activiteiten van de maand op te nemen.

De redactie kan hier evenmin aan tegemoet komen.

Dit zou echt te veel plaats innemen en we moeten zuinig zijn met de beschikbare ruimte. Daarom:

TIP:

Aankondiging van en informatie over de activiteiten staat ALTIJD op de pagina's van Ti-Jo!



Na het goed bezochte en gezellige koffiedrinken bij Coppelmans kijk ik nu, 12 december, alweer vooruit naar ons kerstdiner. Ineke en ik hebben bij zulke gelegenheden al voorpret bij wat we zullen klaarmaken. Ik kom daar deze keer niet aan te pas en ga alleen de boodschappen doen.

Politiek zijn het wel heel bijzondere tijden, nationaal en internationaal. Een wat meer afgewogen standpunt is aan sommige bestuurders in Den Haag niet besteed, terwijl bestuurders die wel de moeite nemen en de moed hebben om daaraan toe te komen, de volle laag krijgen. Het zwart/wit denken viert hoogtij.

Ik vraag mij af hoe mijn ouders tegen de huidige ontwikkelingen zouden aankijken. Ook vanuit het perspectief van hun verwachtingen na de bevrijding. Opgegroeid in de crisistijd kwamen meteen na hun trouwen de ontberingen en spanningen van de bezetting. Aan echt leven, het opbouwen van een gezin, genieten van de vrijheid, konden ze toen pas beginnen.

Ik vermoed dat de huidige ontwikkelingen ze niet licht zouden vallen. Zeker niet vanuit hun opvoeding in een sociaaldemocratisch milieu, met een sterk gevoel voor rechtvaardigheid. Toen ik in 1973 terugkwam van een bezoek aan Israël, begreep ik wel dat ik hen niet kon belasten met sommige van mijn ervaringen daar. En ik weet ook niet wat ze van het beleid van het huidige kabinet zouden vinden; de hardwerkende Nederlanders met een laag inkomen gaan er niet op vooruit en tegelijkertijd klotst elders het geld tegen de plinten.

Gelukkig heb ik niet de overtuiging dat ze nog meekijken met wat zich hier allemaal afspeelt en ik meen te moeten hopen dat het ze inderdaad bespaard blijft.



**Actieve Senioren Vereniging
Oss / Maasland**

18 februari wordt de Algemene Leden Vergadering (ALV) gehouden in de Metoor.

In de ochtend wordt een film gedraaid met daarna een lunch. Na de lunch begint de ALV.

Agenda ASVO ALV

1. Opening en woord van welkom
2. Mededelingen van voorzitter & secretaris
3. Verslag vorige jaarvergadering - ALV
4. Jaarverslag 2024
5. Ledenwerving
6. Financiën
7. Verslag kascommissie
8. Begroting 2025
9. Instellen kascommissie
10. Aan-, aftreden en herbenoeming bestuursleden
11. Rondvraag en wat verder ter tafel komt
12. Sluiting

Ad 3, 4 en 6: leden kunnen deze stukken vanaf 11 februari 2024 opvragen bij de secretaris.

Impressie van koffiedrinken bij Coppelmans



Impressie van kerstbuffet 2024





Gedicht dat Chris Roelands voorlas

Met kerst denk ik aan iemand
Die leefde voor het goede
Die kou bestreed met warmte
Die arme mensen voedde
Zijn hart durfde te volgen
Ondanks twijfel en kritiek
een vriend was voor degene
Die eenzaam was of ziek

Het maakt niet uit of je gelooft
Wat jouw geloof ook is
Je maakt de wereld mooier
Als jouw boodschap liefde is

Hans Donkers

HERDENKING 80 JARIGE BEVRIJDING

Nu alweer over die oorlog ??? ... Ja, het moet want het kan zo weer gebeuren !!!

Alhoewel Oss al op 19 september 1944 werd bevrijd, was de echte bevrijding op 5 mei 1945 voor de gehele bevolking pas reden om feest te vieren.

In 2024 heb ik wat verhalen verteld (nee geen verhalen maar bittere werkelijkheid) als herinnering aan de bevrijding van Brabant. Omdat het nu in 2025 tachtig jaar geleden is dat Duitsland capituleerde, wil ik proberen een bijdrage te leveren aan de herdenking van de bevrijding van geheel Nederland en Europa.

WEES WAAKZAAM.

Het is 80 jaar geleden dat Duitsland capituleerde en Europa bevrijd werd. Oorlog is voor velen inmiddels drie generaties geleden, iets van ver weg, iets dat hier toch nooit zal gebeuren. Althans zo werd lange tijd gedacht, maar die in 1945 verworven vrijheid, een vrijheid die we nu alweer 80 jaar koesteren, is echt een uniek gegeven in de Europese geschiedenis. Nooit was er in West Europa zo'n lange periode zonder oorlog. Daarom moeten deze



verhalen nog steeds verteld worden. Daarom moet telkens weer uitgelegd worden hoe uniek onze vrijheid is. Want het is slechts schijn dat er niets gebeurt.

Tommy Wieringa, Oekraïnekenner, schrijft in zijn boek "Konvooi" over elk stadje en dorpje waar de Russen zijn verjaagd en dat Oekraïense soldaten martelkamers en massagraven aantreffen.

Het zijn Sovjetmethodes, allemaal gebaseerd op één gewelddadig principe: **vernedering**.

Het is choquerend dat de leider van de grootste partij in Nederland Geert Wilders, maar ook Baudet, zo beïnvloed zijn door Rusland. Zij bezoeken Russische congressen tégen de NAVO en de EU, over traditionele waarden enz. Ze hebben connecties met populistten zoals Orban in Hongarije, Le Pen in Frankrijk, Meloni in Italië en anderen, wat allemaal direct samenhangt met hun bewondering voor Rusland. Daarom moeten we er alles aan doen om Oekraïne te steunen om deze oorlog te winnen. Ook voor de Oekraïners is de vrijheid zoveel waard dat ze bereid zijn zich voor hun land maar ook voor Europa en dus ook voor óns op te offeren. Vertel dit aan uw kinderen en kleinkinderen, dat is investeren in uw eigen toekomst.]

Neem mij niet kwalijk dat ik nu misschien wat lerend over kom, maar toch: WEES WAAKZAAM..

Ed.

Volgende keer : Rotterdam bombardement en Razia.

Biljarten

Op donderdag 9 januari 2025 en donderdag 23 januari 2025 gaan we weer proberen om een heleboel caramboles te maken. In de Metoor natuurlijk om 10.00u
Bij deze is iedereen uitgenodigd!

Groetjes,

George (namens Chris)

Cultuurhistorische lezingen

De afgelopen maanden bereikte mij meermaals de vraag van leden en andere bezoekers van mijn lezingen, of er nog een nieuwe reeks lezingen komt.

Wel, als het aan mij ligt wel! Maar natuurlijk alleen als er weer voldoende (minimaal 20) geïnteresseerden zijn. Bij voldoende belangstelling wil ik starten met een reeks lezingen over de Middeleeuwen: eerst het feodalisme en daarna de burgerlijke rechtstaat.

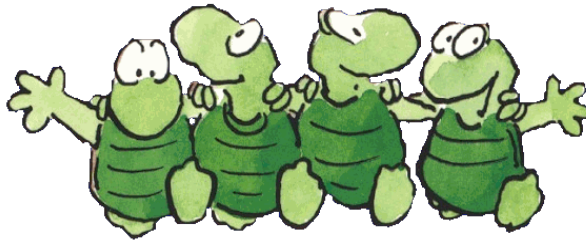
Van de tijd van de donkere middeleeuwen naar de opkomst van de steden en de burgerij; van de romaanse stijl naar de gotiek; van Karel ende Elegast naar de Ghijsbrecht van Vondel ...

Als u belangstelling heeft, stuur dan een bericht naar:

akkermansrein@gmail.com of een whatsapp naar: 06-30395477

De lezingen zullen weer gegeven worden in de Metoor.
Waarschijnlijk weer in de maanden maart en april op de dinsdagmiddagen om 14.00u.





Koffiedrinken

Natuurlijk gaan we ook in 2025 zo mogelijk twee keer per maand koffiedrinken! We beginnen op dinsdag 7 januari en dan zien we elkaar ook weer op dinsdag 21 januari. 'Gewoon' op dinsdagmorgen (oneven maand), in de Meteeor. Van 10.30-12.30u

Dankjewel aan de Meteeor

Tijdens het kerstbuffet sprak Rein -namens het bestuur en Ti-Jo - een speciale dank uit aan Frank Verheggen, coördinator van de Meteeor, én zijn team geweldige vrijwilligers dat het ons mogelijk maakt zo'n kerstbuffet voor zoveel mensen geordend te laten verlopen.



Brenda schiep met kunstenaarshand een prachtig kerststuk. Bekijk het prachtstuk zeker in het 'echt'.

Activiteiten in januari en februari 2025

januari en februari		
di 7/1	koffiedrinken I 10.30-12.30u	Meteoor
di 14/1	nieuwjaarsreceptie 14.00-16.00u	Meteoor (Orion 1)
di 21/1	koffiedrinken II 10.30-12.30u	Meteoor
februari		
do 6/2	koffiedrinken I 10.30-12.30u	Meteoor
di 18/2	filmochtend v.a. 9.30u lunch v.a. 12.30u ALV* v.a. 13.30u	Meteoor (Orion 1 + 2)

* ALV = Algemene Leden Vergadering

Wissewasje

Ooit, bij de aanleg van onze tuin door een 'Kundige', werden wij verblijd met een bamboe-hoekje. Beeldschoon én heel groei-zaam: die bamboestengels groeiden als kool. Na een jaar of twee hadden wij een fijne groene tuinhoek. Als 'bio-beet' had ik echter niet in de gaten dat bamboe niet alleen bóven, maar ook ónder de grond welig tiert. Dat bemerkte ik pas toen onze schutting op zekere plaatsen begon te wijken en moeilijk doen én onze burens ook werden 'verblijd' met ónze aanplant. Dus: snoeien, graven, knippen, en niet zo zuinig ook. Maar na een paar maanden bleek dergelijke noeste arbeid vergeefs: de bamboe groeide nóg luisterrijker terug. Naar het tuincentrum dan maar voor kundig én ecologisch advies. Met een dikke fles gif in de hand (waarmee we een olifant konden ombrengen) en dito schuldgevoel keerde ik

weer en – enfin- opnieuw graven, snoeien, wrikken en ... sproeien maar. Niet één maar meerder keren (fles leeg, denkbeeldige olifant geveld). En wat kwamen toch na twee weken al weer boven de grond, tere groene scheuten! Jawel. Mijn verrassing werd verwondering, wat zeg ik, bewondering voor deze vitaliteit en kracht van de natuur! Ik besloot deze dan ook voortaan te respecteren! Weer naar binnen, trof ik een vliindertje op het raam dat ik na enig geschutter in een veilig plastic (boter)bakje ving en buitenzette. Een goed begin, al zeg ik het zelf. Al hield ik halt bij twee dikke bromvliegen die maar niet wilden begrijpen dat ik ze alleen maar buiten de deur wilde zetten. Jammer voor ze, hoor. Nu, komend voorjaar toch kijken of een sterke mán (jaaaa, toch wel, hè) komt helpen (uit) graven. Weet je wel, zodat ik mij natuurliefhebber voel, maar dan zonder spierpijn.

Schilderclub: elke dinsdagmiddag van 13.30-16.30u



krabbeltje van Tien (1)

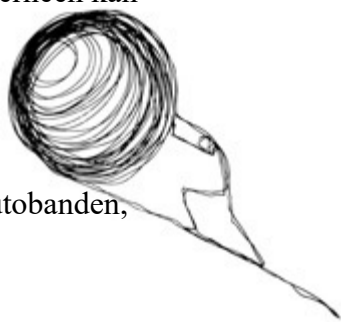


krabbeltje van Tien (2)

Gedicht van de maand

Soms

Soms, een enkele keer,
met heel veel moeite en voornamelijk toevallig
lukt het iemand
om met beide armen zijn verdriet te omvatten.
Hij tilt het op.
Laat de deur niet op slot zij, nu...
Hij duwt hem open met zijn knie
en loopt met grote breedsporige passen naar buiten.
Kijk uit! roept hij
want het verdriet is zo groot dat hij er niet overheen kan
kijken
en doorzichtig is het nooit.
Ver weg, in een sloot of op een drassige plek
onder populieren
of achter een scheve schutting tussen oude autobanden,
speelgoed, resten van een vuur,
gooit hij het neer

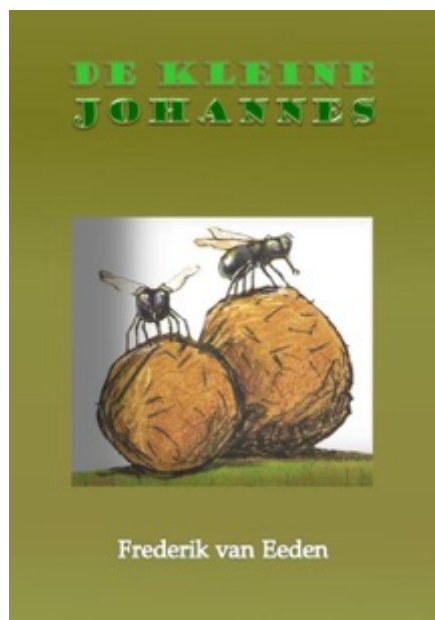


en fluitend loopt hij terug naar huis.

Toon Tellegen

Literair ‘beter’ beoordeeld dan ‘Erik of het klein insectenboek’ van Godfried Bomans is ‘De kleine Johannes’ door Frederik van Eeden (1884). Ook na bijna 150 jaar nog ontroerend en leesbaar.

Johannes is een fantasierijke jongen, die met zijn vader, zijn hond en zijn kat een zorgeloos bestaan leidt. Op een avond vindt hij een bootje in het meer, waar hij in stapt. Johannes valt in slaap, en wordt wakker door een libel die verandert in een elfje: Windekind. Hij verkleint Johannes en neemt hem mee naar een wonderlijke fantasiewereld. Ze gaan op reis door de insectenwereld en doen wondere ontdekkingen...



Het avontuur van de kleine Johannes symboliseert eigenlijk de jeugd van Van Eeden en van andere mensen. De bewering aan het begin, dat het allemaal echt gebeurd is, moet dan ook serieus worden genomen. De vier hoofdfiguren (Windekind, Wistik, Pluizer en Cijfer) symboliseren de verschillende stadia van Van Eedens jeugd.

Windekind staat voor Van Eedens kinderlijke fantasie, Wistik voor zijn drang naar antwoorden naarmate hij ouder wordt, en Pluizer en Cijfer staan voor het materialisme waarmee Van Eeden vooral op de universiteit in aanraking kwam. Van Eeden is eigenlijk de kleine Johannes die opgroeit in een wereld vol verschillende standpunten.

De Seniorenraad Oss verzorgt al geruime tijd een nieuwsbrief. Onderstaande artikelen zijn afkomstig uit de nieuwsbrief december

UW AANDACHT WAARD 1

Onderzoek naar seniorvriendelijkheid van gemeentes

Over de ledenpeiling

Leden van Vereniging Eigen Huis die ouder zijn dan 50 jaar kregen de zomer van 2024 de vraag of zij mee wilden werken aan een peiling naar de seniorvriendelijkheid van hun gemeente. 34.600 leden vulden het onderzoek. In totaal zijn 237 gemeenten meegenomen voor deze peiling. De gemiddelde leeftijd van de respondenten is 69,5 jaar. Gemeenten kregen rapportcijfers van 1 tot 10 op 7 onderdelen: de mate waarin 50-plussers betrokken worden bij veranderingen in de woonomgeving, de beschikbaarheid van woningen voor ouderen, gemeentelijke voorzieningen, ondersteuning en advies, actief stimuleren van het gevoel van sociale verbondenheid, mobiliteit en kwaliteit van zorg en ondersteuning aan huis. De ledenpeiling is uitgevoerd door Miles Research.

Welke gemeente werd het best beoordeeld op seniorvriendelijkheid?

Hieronder de uitslag voor Oss:

Totaalscore	Betrokken bij veranderingen in de woonomgeving	Beschikbaarheid woningen voor ouderen	Voorzieningen in uw gemeente	Ondersteuning en advies	Actief stimuleren van het gevoel van sociale verbondenheid	Mobiliteit	Kwaliteit van zorg en ondersteuning aan huis
6.0	5.9.	4.8.	7.3.	6.3	6.7	5.2	6.1



Er is slechts 1 gemeente met gemiddeld het cijfer 7: Nunspeet
Het staat er in Nederland dus niet zo best voor wat de seniorvriendelijkheid betreft!

UW AANDACHT WAARD 2

Alleen zijn



December en het eindejaar wordt geassocieerd met warmte, sfeer, familiebezoek, samen zijn, lichtjes, vrede, lekker hapjes.

Maar sommige senioren ervaren de komende festiviteiten niet als prettig. Zij zijn in december alleen.

Soms bewust, soms ongekozen, en af en toe wordt dan het versieren van een huis en/of boom als lastig, tijdrovend en als 'gedoe' gezien.

Alleen zijn kan zeker heel fijn zijn. Alleen zijn betekent niet per definitie eenzaam zijn! Er is echt een groot verschil tussen beide. Toch kan in een feestmaand, op jezelf aangewezen zijn, minder prettig aanvoelen.

Bent u in december alleen?

Dan vindt u hier een paar tips om deze maand en/of het begin van het nieuwe jaar voor uzelf gezellig te maken.

1. Koop een symbolisch ornament
je kunt een ornament uitkiezen dat symbool staat voor jouw afgelopen jaar. Voor iets wat je bereikt of gedaan hebt, een land dat je bezocht hebt, een nieuwe skill die je geleerd hebt of iets dat je overwonnen hebt
2. Een kerstbal voor het nieuwe jaar
Je kunt het ook omdraaien en een ornament uitkiezen dat vertegenwoordigt wat je in het nieuwe jaar graag zou willen doen of bereiken. Een kerstbal die symbool staat voor jouw voornemens of wensen voor de komende twaalf maanden.
3. Een adventskalender voor jezelf
Wie zegt dat adventskalenders alleen voor kinderen zijn? Ook volwassenen halen er steeds vaker eentje in huis. Hoe leuk is het om 24 dagen lang elke dag te genieten van een kleine verrassing?
4. Vierentwintig lieve dingen
Je kunt het ook omdraaien. In plaats van vierentwintig dagen lang iets uitpakken of opeten, kun je die periode elke dag op een briefje of in een notitieboekje iets liefs opschrijven voor jezelf. Bijvoorbeeld dingen waar je dankbaar voor bent of dingen die je geleerd hebt het afgelopen jaar
5. Een cozy kerstmomentje
Plan met jezelf een cozy kerstmomentje in gedurende de aanloop naar kerst. Zonder partner of kinderen.
6. Start een kerstfilm- of kerstboekenclub
Genieten van kerstfilms of kerstboeken hoeft natuurlijk niet in je uppie. Je kunt ook een vriend of vriendin vragen om (op afstand) met je mee te doen. Je zou zelfs een (virtuele) book club of een kerstfilmclub kunnen opstarten met vriend(inn)en of andere kerstgekke mensen.
7. Lekker kerstknutselen
Eén van de leukste dingen aan kerst vind ik de kneuterigheid. En als er één ding ultiem kneuterig is, dan is het wel creatief bezig zijn. Ik kan er ieder jaar naar uitkijken dat ik weer mag gaan kerstknutselen! Het maakt niet uit wát je doet: een [kerstbal beschilderen](#) met

nagellak, [winterse mutsjes-ornamenten maken van wol](#), kerstkaarten maken, met kerstgroen aan de slag gaan.

8. Kerstborrel of fout kerstfeestje

Kerst is van oudsher een periode die je viert met familie. Maar het is ook zó leuk om het met je vrienden te vieren. Organiseer bijvoorbeeld elk jaar een (fout) kerstfeestje met vrienden, waarbij iedereen in zijn meest foute kerstoutfit komt.

9. Kerstkransjesproeverij of high tea

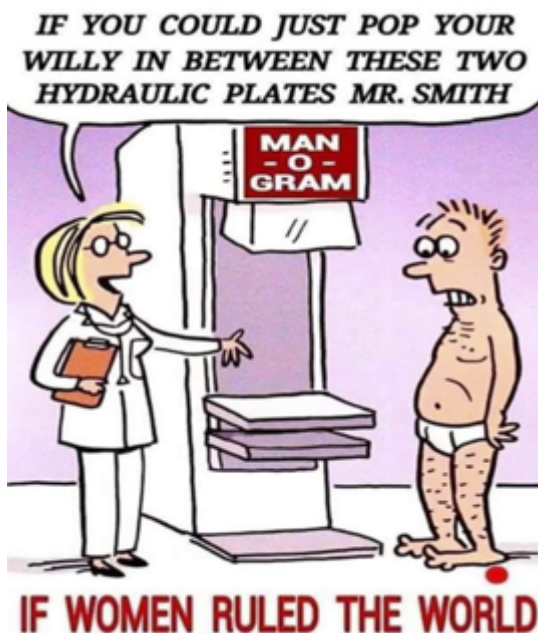
Organiseer een kerstmiddag met een paar vrienden samen. Ga lekker kerstmuziek zingen, of kijk samen een nostalgische kerstfilm. Ook leuk: je host een jaarlijkse kerstkransjesproeverij of een Christmas High Tea waarbij iedereen iets lekkers meeneemt.



High Tea



Theefeestje



**Er is niets zo ontwapenend
als stoppen met vechten.**

OM
DENKEN

Irene Teeuwen

OOK UW AANDACHT WAARD 1

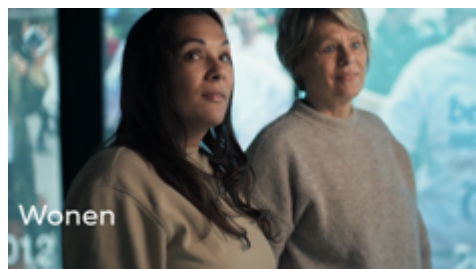
Praat vandaag over morgen

Wonen als je ouder wordt

Deze maanden in Bij de Tijd een aandachtspunt.

• in januari is dat: **Wonen**

Op de site <https://praatvandaagovermorgen.nl> vindt u meer informatie en video's.



De meeste mensen willen graag zo lang mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen. Misschien kan dit in je huidige woning, of misschien is er een ander type woning dat beter bij je past.

Bijvoorbeeld op een plek waar je makkelijk andere mensen ontmoet. Of dichterbij de buurt van belangrijke voorzieningen. Als je nu al nadenkt over hoe je later wilt wonen geeft dat een rustig gevoel.

De woning

Er zijn allerlei manieren om een huis in te richten met het oog op de toekomst. Een woning zonder trappen is handig als je slecht ter been wordt. En als je geen tuin hebt, hoef je ook geen onderhoud te doen. Deze vier tips helpen je om zo lang mogelijk te wonen zoals jij dat wil:

1. Beoordeel of je huis geschikt is om in te wonen als je ouder bent. Is je woning ook over tien jaar veilig én comfortabel? Doe de huistest op lekkerblijvenwonen.nl of vind tips op eigenhuis.nl.

2. Onderzoek welke veertien woonvormen er zijn en welke het beste bij jou past op beteroud.nl.
Zelf een bewonersinitiatief zoeken? Vind het op [Nederland Zorgt voor Elkaar](https://NederlandZorgtvoorElkaar.nl) | NLZVE.
3. Soms valt een aanpassing van je woning onder de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo). In een gesprek met de gemeente wordt bekeken of je in aanmerking komt voor hulp of een vergoeding. Neem hiervoor contact op met het Wmo-loket of het sociaal wijkteam van je gemeente.

De locatie

Ook de buurt waarin je woont is belangrijk. Alle voorzieningen op loopafstand is natuurlijk het makkelijkst. Maar ook als je verder weg woont, is het handig als je plekken eenvoudig kunt bereiken. Denk bijvoorbeeld aan:

1. de supermarkt, een ov-halte, de apotheek en een huisarts.
2. familie of vrienden die dichtbij wonen
3. ontmoetingsplekken waar je met mensen even een praatje kunt maken, zoals een buurthuis, bibliotheek, sportclub of café.

Tips

De ideale woonsituatie is voor iedereen anders. De meeste mensen willen graag zo lang mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen. Misschien kan dit in je huidige woning of misschien is er een ander type woning dat beter bij je past. Bijvoorbeeld op een plek waar je makkelijk andere mensen ontmoet of dichterbij de buurt van belangrijke voorzieningen. Als je nu al nadenkt over hoe je later wilt wonen, geeft dat een rustig gevoel.

Cine Plus Oss do 09 januari 14.00u



Thelma is een ontroerende actiekomedie waarin de voor een Oscar-genomineerde film-veteraan June Squibb (Nebraska) haar eerste hoofdrol speelt en waarin baanbrekend acteur Richard Roundtree (Shaft) zijn laatste rol speelt. Squibb speelt Thelma Post, een pittige 93-jarige oma die via de telefoon wordt opgelicht door iemand die zich voordoeft als haar kleinzoon Ze begint aan een gevaarlijke speurtocht door Los Angeles, vergezeld door een bejaarde vriend (Roundtree) en zijn scootmobiel, om terug te krijgen wat haar is afgetrosgeld.

Cine Plus Oss do 23 januari 14.00u



Duik mee de diepte in met de avontuurlijke film De Wilde Noordzee. We volgen de ervaren duiker en cameraman Peter van Rodijnen, die de afgelopen 20 jaar in zeeën over de hele wereld heeft gefilmd. Geïnspireerd door de befaamde ontdekkingsreiziger Jacques Cousteau besluit Peter de onbekende onderwaterwereld van de Noordzee in beeld te brengen. Zo dichtbij, maar tegelijk zo onbekend:

de Noordzee, het grootste natuurgebied van ons land!

Als Peter aan zijn onderwaterreis begint, wordt hij al snel geconfronteerd met grote uitdagingen. Hij krijgt te maken met gevaarlijke en krachtige stromingen, slecht zicht in troebel water en hevige stormen, maar zijn vastberadenheid om de geheimen van dit ongetemde natuurwonder te ontrafelen wankelt nooit.



Alzheimer Café Oss

13 januari 2025 - Wanneer hulp inschakelen bij dementie?

Na de diagnose dementie komt er veel op de persoon met dementie en hun naasten af. Het is een emotionele periode en je wordt bij de start van een complex zorglandschap neergezet. Het is belangrijk dat mensen leren leven met de ziekte. Dat is een uitdaging, maar je staat er niet alleen voor.

Mensen en organisaties helpen je waar ze kunnen. Over welke hulp-, zorg- en regelzaken moet je na gaan denken? Wie doet wat en waar kan je terecht met welke vraag?

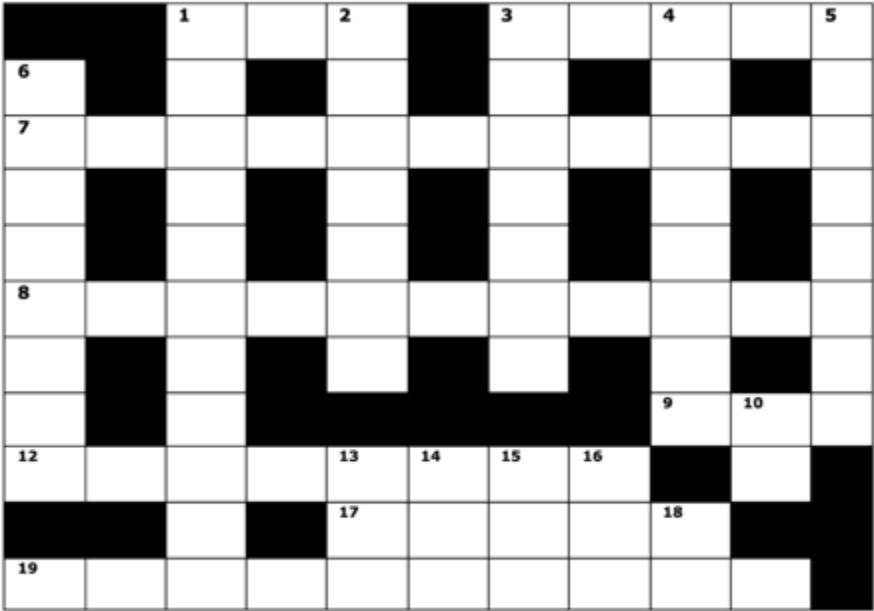
Tijdens deze avond gaan we hierover met elkaar in gesprek.



In ontmoetingscentrum Meteoor, Oude Litherweg 20 in Oss



Woordkraker januari



H1

lekker
... } pen
saté

H3

hennep ?.

H7

R. Cent
Dieten

H8

hunkeren
vriend
-----+
.....

H9

das
dor } ...
men

H12

e	ij	e
l	u	p
s	g	s

H17

"vaarwel"
met de
Franse slag

H19

PRING VLEEG

V1

P. Pel
te
Arkel

V2

via
munt
----- +
.

V3**V4**

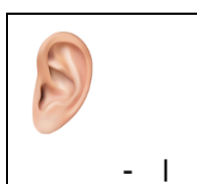
diva
plant
----- +
.

V5

o	s	n
e	1	t
u	l	s

V6

r	a	p
i	1	e
t	ij	r

V10**V13**

bult
... } ei
op

V14

daar ben je
onder
In de
rechtbank

V15

van deze gil
ben ik
ondersteboven

V16

zo noemen
Italianen
6

V18

de
fa } ..
ste

Filippine 88



1. Die gaat volgend Theun de Vries "in het rood gekleed"
2. Cubaans guerillaleider
3. Vieren wij op 5 mei
4. De UVRM regelt dit
5. Eerste motto van de Franse Revolutie
6. Speelt de hoofdrol in Braveheart
7. WHAM vertolkte in 1984 voor het eerst dit nummer
8. Regisseerde "The great escape"
9. Schrijver van "Een mensenleven geleden"
10. Heldin van het beleg van Haarlem
11. Ingreep bij mannen die vrouwen bevrijdt van de pil
12. Afkorting voor groep met eigen seksuele identiteit
13. Ho Chi Minh gaf leiding aan deze beweging in Vietnam
14. Zo noemen Italianen de laatste man
15. Drama tijdens de olympische spelen van 1972 in München

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

Oplossing puzzels uit Bij de Tijd nr. 12

Woordkraker december

	1e		2k		3p		
4e	x	p	l	o	r	e	5r
			e		o		e
	6z	7o	u	t	v	a	t
8n	o	o	t		i		o
9k	o	r	e	n	a	a	r
			r		n		i
	10P		l		11d	12i	e
13w	a	t	e	r	m	o	k
	l		i		14e	n	
15s	m	i	d	s	e		16m
	t		s		s		u
	a		17t	u	t		i
18ij	k	t	e	k	e	n	s
			r		r		

Filippine 87

																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					</
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----

Oplossing Sudoku Plus nr. 86

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

Carolien is in haar luie stoel De kleine Johannes van Frederik van Eeden aan het herlezen, als ze opgeschrikt wordt door een schelle lach van Doosje.

'Wat is er zo leuk?' vraagt ze. 'Als het echt leuk is, wil ik het ook wel horen.'

Doosje legt de krant opzij, duwt zijn bril naar z'n voorhoofd en wrijft met zijn handen in zijn ogen.

'Ik weet niet of dit iets is om te lachen of juist om te huilen. Ik vrees echter voor het laatste, Caro.'

'Hoe treurig is het? Treurig voor een warme chocola of treurig voor een borrel?'

'Dit vraagt absoluut om een borrel!' Carolien staat op, pakt de glazen en haalt de Bokma uit de koelkast. Voorzichtig schenkt ze de glaasjes vol; uiteraard elk met een 'bommel'. Een oude gewoonte uit een kroeg in Maastricht die Doos haar geleerd heeft. Ze proosten en nemen een eerste slok.

'Nou vooruit met de geit, Doos!'



'Wel, weet je, na alle gedoe rond zwarte Piet, discriminatie, demonstraties en ordeverstoringen hebben de "Pietluten" weer iets nieuws gevonden: "de tere kinderziel".

'De wat?'

'Ja, je verstaat het goed "de tere kinderziel". Carolien drinkt in één slok haar glas leeg. En ... goed voorbeeld, doet goed volgen. Doos schenkt weer bij.

'Sinterklaas, de vleesgeworden kindervriend, blijkt helemaal niet zo kindvriendelijk te zijn, vinden zij. Dat hele Sinterklaasfeest levert veel te veel prikkels op voor kinderen: ze worden er onrustig van, gespannen, overprikkeld zou je kunnen zeggen.'

‘Wat een onzin, zeg! Lieve hemeltje, dat geloof je toch niet.’ Ze gooit weer de inhoud van haar glaasje achterover en houdt het voor Doosje op. Die schenkt bij.

‘Dat krijg je, gaat ze verder, ‘met al die bezuinigingen in de gezondheidszorg. Dan lopen al die psychisch gestoorden gewoon rond op straat; geen plek meer in de inrichtingen.’ Doosje schiet in de lach. Die felle reactie bevalt hem wel. Dat kan hij ook.

‘Ja, dat is hun aanpak: de kinderen ‘pamperen’, beschermen tegen de boze buitenwereld, afschermen van de werkelijkheid. Zo kweken zo mooi weer meer naïeve, makkelijk beïnvloedbare volwassenen ... en drie keer raden op welke partij die dan gaan stemmen ... Wilders lacht in zijn vuistje!’

‘Ja, als het niet zo triest was, zou je er om kunnen lachen.’ Carolien loopt naar de keuken en komt terug met een schotel met kaas en worstjes. Daar doen ze zich even te goed aan.



‘Jij zei net, Caro, “als het niet zo triest was” hè. Dat is precies wat het is: triest, triest en nog eens een triest.

Soms vraag ik me oprecht af of ik nog wel pas in deze tijd.’

‘Dat heb ik nou ook, Doos. O, vroeger ook wel als er weer iets verkeerd ging hier in Nederland, maar dan dacht ik eerder aan weggaan uit Nederland ... naar een land waar ze niet zo achterlijk doen.’

‘Precies! Maar waar zouden we nu naartoe kunnen? Door heel Europa komt het rechtsextremisme op: de AFD in Duitsland, Meloni in Italië, Le Pen in Frankrijk en natuurlijk Trump niet te vergeten.’

‘Ja, nu met de PVV in het kabinet met al die verrechtsende coalitiegeenoten. Met een Omtzigt die je niet meer herkent van zijn actieve verzet in de toeslagenaffaire. Met Yesilgöz die haar best doet Wilders op rechts in te halen. Te treurig voor woorden toch?!’

‘Je krijgt bijna heimwee naar Rutten.’ Hij ziet het gezicht van Carolien verstrakken en haast zich te zeggen “bijna”. Maar tevergeefs; Carolien denkt daar toch beslist anders over.

'Nou, mooi niet', zegt ze. 'Heb je hem gisteren niet gehoord bij zijn eerste officiële toespraak voor de NAVO?'

'Nee! Vertel op!'

'Nou, diezelfde Rutten, waar jij bijna heimwee naar hebt, verkondigt dat wij ons moeten voorbereiden op oorlog. "We zijn niet klaar voor wat er de komende vier of vijf jaar op ons afkomt." zei hij. Het is volgens hem "tijd om ons geestelijk voor te bereiden op oorlog." We moeten volgens hem niet naar 2 maar naar 3% BBP. Voor Nederland is dat zo'n 5 miljard extra per jaar.'



'O ja, en zegt die mooie meneer ook hoe we aan dat geld moeten komen?' Doos kan zijn oren bijna niet geloven.

'Zeker zegt hij daar iets over: we moeten gewoon geld weghalen bij de pensioenen, bij de gezondheidszorg en de sociale zekerheid.'

'Zei hij dat echt? Waar bemoeit de man zich mee. Dat is toch inmenging in binnenlandse politiek! Misschien is die man ook rijp voor opname in een inrichting.'

'Ja", lacht Carolien, 'als daar plaats zou zijn.'

'Ach Carolien, dit is toch in een notendop, waar ik het over had: "passen wij nog wel in deze tijd?".

'Ik noem dat "lijden aan de wereld", Doosje. En dan ben ik soms blij dat ik al senior ben, dat dit lijden niet meer zo heel lang kan duren.' Nu staat Doosje op, trekt Carolien overeind en slaat zijn armen om haar heen.

'Aan dit soort nare bespiegelen moeten we ons niet overgeven, Caro. Linksom of rechtsom ... zeg dus maar linksom gaan we er gewoon het beste van maken. Zijn wij strijdbaar of niet dan!!'

Met een kus antwoordt ze hem.

meneer Doosje





Kastanje soep met truffel

4p



Ingrediënten:

500 g	kastanjes (al geprepareerd)
1 TL	poedersuiker
0,8 l	gevogeltefond
200 ml	slagroom
30 g	boter
	zout
	Cayennepeper
truffelolie	verse truffel of een paar druppels olie

Bereiding

De oven voorverwarmen op 200°.

De poedersuiker in een pan doen en op matig vuur licht bruin karamelliseren. Blussen met de gevogeltefond, de kastanjes toevoegen en 20 minuten net onder het kookpunt laten trekken, tot de kastanjes zacht zijn. De soep met een staafmixer pureren, room toevoegen, verwarmen en dan de boter en de truffel erdoor mixen (met de staafmixer). Op smaak brengen met zout en Cayennepeper.

Vlak voor het opdienen de soep nogmaals met de staafmixer schuimig maken en in voorverwarmde kommen opdienen. Strooi er nog wat verse truffel als garnering over.

Smakelijk eten !!

Algemene



informatie!

**Algemene
Senioren Vereniging
Oss / Maasland**



**alzheimer
nederland**



Rijbewijskeuring

Regelmatig wordt in "de Hille" in Oss een rijbewijskeuring gehouden. U kunt zich hiervoor aanmelden bij "de Hille".

Maak een afspraak via het landelijk afsprakenbureau van Regelzorg telefoon: 0118 724999.

Zelf een afspraak plannen kan via de website www.regelzorg.nl

Meenemen naar de keuring: Eigen Verklaring, medicijnenlijstje, klein beetje urine, bril of contactlenzen en het huidige rijbewijs.

In het Alzheimer café

"Wanneer hulp inschakelen bij dementie"

13 januari 2025

De Meteor

"Thelma"

Cineplus: 9 januari 14.00u

"De Wilde Noordzee"

Cineplus: 23 januari 14.00u

Bestuur

Voorzitter Dhr. Bart Molenkamp 0412 853793 bart.molenkamp@kpnmail.nl	Penningmeester Dhr. A.J.M. Wildenburg (Aad), 0412 633372; aad.wildenburg@kpnplanet.nl Bankrekening IBAN: NL66 RBRB 0928 9248 74 t.n.v. ASVOss, Maasland
Secretariaat Dhr. J.K. Groot (Jaap) 0412 624726, j.k.groot@hccnet.nl	Ledenadministratie Dhr. J.K. Groot (Jaap) 0412 624726, j.k.groot@hccnet.nl Geef al uw wijzigingen, dus ook persoonlijke, door aan de ledenadministratie.
PR & communicatie Dhr. R. Akkermans (Rein) 06-30395477 akkermansrein@gmail.com	Bestuurslid activiteiten Mevr. J. Ebben (José) 06-14638567 ebbenjose@gmail.com
Coördinator Lief en Leed Mevr. Wildenburg-Saalbrink (Cilian) 0412 633372; aad.wildenburg@kpnplanet.nl	Webmaster Dhr. Wim Essenberg Web: asvossmasland.nl Mail: info@asvossmasland.nl

SMITS

ORTHOPEDISCHE
SCHOENTECHNIEK

- steunzolen / voetbedden
- aanpassing confectieschoenen
- semi orthopedische schoenen
- orthopedische schoenen
- dynamische pb-prothese
- verbandschoenen
- voorlopig orth. schoenen
- advies



*Voor iedereen een
passende schoen!*

www.smitsorthopedie.nl

Oude Molenstraat 38
5342 GC Oss
T. 0412 - 624 598
smitsorthopedie@hotmail.com
www.smitsorthopedie.nl





**DAT
=
OSS**

Kom in het Golfbad genieten van
het lesaanbod of recreatief
zwemmen. Voor meer informatie:
www.golfbad.nl

