

Alverna 50+

Nummer 6 - juni 2026

Hier
kan ook
uw foto
staan!

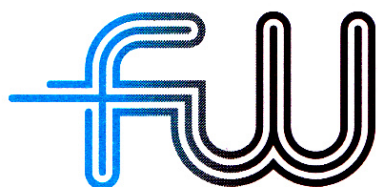


Magazine voor senioren

Cover door: Diny Paddenburg-Zwartjes



ventimon
installeert



**Fysiotherapie
Wijchen**

Vijverlaan 26
6602 CX Wijchen

T 024 641.76.63
E info@fysiotherapiewijchen.nl
I www.fysiotherapiewijchen.nl

Alverna 50 +

Informatiemagazine van Seniorenvereniging Alverna

Nummer 6 Jaargang 2026

Secretariaat: Heumenseweg 83 G

6603 KT Alverna. Tel. 06 30013039

E-mail: info@seniorenverenigingalverna.nl

Website: www.seniorenverenigingalverna.nl

Het bestuur:

Voorzitter: Jan Weijers Tel. 06-83369232

Aalsburg 2614, 6602 WE Wijchen

Secretaris: Thea Walraven Tel. 06-30013039

Heumenseweg 83 G, 6603 KT Alverna

Penningmeester: Hans Peperkamp Tel. 06-12980426

Wintertaling 11, 6601 DZ Wijchen

Bestuurslid: Betty van de Ven Tel. 06-27568340

Nieuwegeweg 75, 6603 BK Wijchen

Bestuurslid: Geert van Rodijnen Tel. 06-55744730

Valendrieseweg 17, 6602 GH Wijchen

Redactie: Jan Weijers

redactie@seniorenverenigingalverna.nl

Rekeningnummer Seniorenvereniging Alverna:

IBAN NL15 RABO 0158 6794 66

Contactpersonen:

Tekenen: Wil van Thiel Tel. 024-6416620

Bloemschikken: Betty van de Ven Tel. 06-27568340

Lief en Leed: Betty van de Ven Tel. 06-27568340

Biljarten: Ger Schuurs Tel. 024-6413570

Magazinedistributie: Wil Wieringa Tel. 06-28570185

Telefoonnummer Oase: 024 – 64 191 98

Kopij voor het volgende nummer aanleveren vóór 15 juni 2026

Voorwoord

De zomer staat voor de deur, traditioneel de periode dat een groot aantal mensen wat rust neemt van hun werk.

Onze, veelal gepensioneerde, leden nemen in deze periode de kans om wat meer buiten te zijn. Dit kan in eigen land en/of in het buitenland maar bij voorkeur in een warme omgeving. Bovenal genieten van het goede van het leven!

Het bestuur heeft de laatste zaken afgerond voor de activiteiten na de zomerperiode. Helaas is de 5-daagse busreis komen te vervallen, enerzijds door het relatief lage aantal deelnemers, anderzijds door de toenemende kosten door het aantal aanmelding en afmeldingen.

Helaas ondanks alle inspanningen is het dit jaar niet gelukt, voor volgend jaar zijn we al weer in gesprek met reisorganisaties. Als bestemming zetten wij in op een 5-daagse naar de Elzas.

Voor nu wens ik al onze leden een prettige vakantie, kom tot rust en doe nieuwe energie op voor de tweede helft van het jaar. Want ook in de rest van het jaar hebben we mooie activiteiten op de agenda.

De vaste activiteiten in de Oase gaan tijdens de zomerperiode gewoon door.

Jan Weijers



Foto van Diny Paddenburg-Zwartje

Trapje staat langs het Munnekeveld

Vaste activiteiten (in de Oase)

Activiteit: Tekenen/schilderen, breien, haken poppen maken, of anderszins creatief bezig zijn.

Wanneer: Dinsdag van 13:30 tot 16:30

Voor: Leden SVA Alverna

Activiteit: Competitie Biljarten

Wanneer: Dinsdag, donderdag en vrijdag van 13:15 tot 16:00

Voor: Leden biljartvereniging (info Ger Schuurs 024-6413570)

Activiteit: Kaarten

Wanneer: Dinsdag en vrijdag van 13:30 tot 16:30

Voor: Leden SVA Alverna

Elke maandagmorgen wandelen om 9.30 uur.

Start hoek Groenewoudeseweg/Eliasstraat op Alverna

info@seniorenverenigingalverna.nl

06-30013039

Activiteitenkalender 2026

woensdag	10 juni	Fietsen 1/1 dag
donderdag	11 juni	Dansmiddag
woensdag	8 juli	Fietsen 1/1 dag
donderdag	9 juli	Dansmiddag
woensdag	12 augustus	Fietsen 1/1 dag
donderdag	13 augustus	Dansmiddag
Dinsdag	18 augustus	Meerdaagse Fietstocht
dinsdag	1 september	Koffiemoment nieuwe leden
woensdag	2 september	Fietsen 1/1 dag
maandag	7 september	5-daagse busreis (vervalt)
maandag	21 september	Dansmiddag kermis
donderdag	1 oktober	Jaarfeest
donderdag	8 oktober	Dansmiddag
woensdag	14 oktober	Fietsen 1/1 dag
donderdag	15 oktober	Filmmiddag

VOOR EEN GEZONDE TOEKOMST



VOETREFLEXPLUS
ASTRID

06-40860550 alleen op afspraak
www.voetreflexastrid.nl

- Pijnverlichtend
- Weerstandverhogend
- Kalmeert het zenuwstelsel
- Werkt preventief
- Ondersteunend bij ziekte
- Reiniging van afvalstoffen
- Geeft energie
- Verbeterd de slaapkwaliteit
- Balanceert de hormoonhuishouding



HET ADRES VOOR

- Natuurvoeding (superfoods & rawfoods)
- Dieetvoeding (glutenvrij, suikervrij, zoutarm)
- Homeopathie
- Vitamines, Mineralen en Voedings-supplementen
- Natuurlijke Cosmetica en Lichaamsverzorging
- Sportvoeding en Supplementen
- Therapeuten
(bio resonantie - orthomoleculair)
- Schoonheidssalon | Pedicure | Voetreflex

G&W

Uw G&W gezondheidswinkel
van Maas en Waal.

Sinds 1919
DE KROON
GEZONDHEIDSWINKEL

donderdag	5 november	Themamiddag
woensdag	11 november	Fietsen 1/2 dag
donderdag	12 november	Dansmiddag
vrijdag	27 november	Muziekmiddag/sinterklaas
woensdag	9 december	Fietsen 1/2 dag
donderdag	10 december	Dansmiddag
zondag	20 december	Kerstviering

Verschijningsdata magazine en 50+ magazine in 2026

Nr	maand	bezorgmoment vanaf
7	juli augustus	1 juli 2026
8	september	2 september 2026
9	oktober	7 oktober 2026
10	november	4 november 2026
11_12	december	2 december 2026

Overleden leden in afgelopen periode

7 mei Bets van Rens-Megens 94 jaar

Voor een correcte administratie zou het fijn zijn als een overlijden of verhuizing wordt doorgegeven aan het secretariaat van KBO-Alverna.

Nieuwe leden in afgelopen periode

Leny Janssen-Arth
Ron Heesbeen

Ludmila Cheliapina
Jannemarie Heesbeen-Groenen

Dansmiddag

De dansmiddag op Hemelvaart 14 mei was weer gezellig, er waren 73 personen. De eerst volgende dansmiddag is 11 juni. Iedereen van 50+ is welkom, ook niet SVA-leden, breng familie en bekenden mee. De live muziek wordt verzorgt door Perry Stekhuizen. We hopen op een grote opkomst en dat het weer gezellig wordt!



Activiteit:	Dansmiddag
Datum:	11 juni 2026
Aanvang / Einde:	14.00 uur / 17.00 uur
Entree (€):	5,00

Lintjes bij onze leden

Op vrijdag 24 April zijn onze leden Ger Schuurs en Piet de Buijn onderscheiden met een lintje en zijn nu beide lid in de Orde van Oranje-Nassau. Namens onze leden hebben we bij beide een bloemetje bezorgd. Proficiat mannen, jullie hebben het verdiend!!



Verslag fietsen 8 april

Voor het eerst dit jaar een hele dag fietsen met 17 fietsers en een scootmobiel. Omdat het bij de start nog behoorlijk fris was hadden enkele fietsers de handschoenen nog aan. Maar naar gelang de dag vorderde kwam de zon er steeds meer door. De tocht ging via Lindenholt en Weurt naar de Waalkade in Nijmegen voor een koffie/thee stop. Hierna ging de fietstocht verder door de Ooijpolder naar de Thornsche molen in Persingen voor de lunch. Nadat iedereen “de motor” weer had opgeladen zetten we koers richting het Duitse Zyfflich en Wyler en vandaaruit via Groesbeek naar Malden voor een stop. Hier konden we buiten in de zon genieten van een drankje. De tocht werd hervat langs het kanaal richting De Diervoort en langs het Ven richting Alverna. Klaas met zijn scootmobiel kon net niet thuiskomen en moest die achterlaten bij zijn vriend Niek om hem op te laden.

Thea



Fietsen

Op woensdag 10 juni 2026 gaan we weer een **hele** dag fietsen. We vertrekken om 9:30 uur vanaf het Kerkplein aan de Heumenseweg in Alverna. We hopen dan op goed weer, een mooie route ligt klaar.



We hebben besloten dat in het vervolg alle deelnemers een geel hesje dragen. De voorste en de laatste dragen een oranje hesje. Zo zijn we beter als groep zichtbaar. Verder is het voor je eigen veiligheid verstandig een helm te dragen.

Om de “vaste” deelnemers, bijvoorbeeld bij slecht weer, snel te kunnen informeren is er een groeps-Whatsapp aangemaakt die “Fietsen SVA” heet, die alleen hiervoor gebruikt wordt. **Je moet een bericht hierop niet beantwoorden.** Wil je ook in deze app-groep, bel dan even met Thea.

Activiteit:	Fietsen hele dag
Datum:	10 juni 2026
Aanvang / Einde	9:30 uur / 16.30 uur
Entree (€)	0,00



06 41824810 (Frans)
06 30974868 (Dave)
info@fransendave.nl

www.fransendave.nl



Frans & Dave

ADVISEURS IN VERZEKERINGEN



DriessenMakelaardij

Al 40 jaar uw huismakelaar

Kasteellaan 23, Wijchen 024-6490100
St. Annastraat 18, Nijmegen 024-3607055
www.driessenmakelaardij.nl

Pedicure bij Heidi

Wilt u de voeten goed verzorgd hebben?

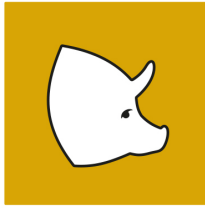
Maakt u dan een afspraak voor een pedicurebehandeling bij

Pedicure bij Heidi

telefoonnummer: 06-37301992

Heidi Lefering
Agnesstraat 27 Alverna
Visage.wijchen@gmail.com

ProVoet
Branchorganisatie
voor de Pedicure



POELIER SLAGERIJ VAN DEN HEUVEL

Touwslagersbaan 25
6602 AJ - Wijchen
Tel. (024)6451740
Email. wijchen@cvandenheuvel.nl

Hoofschestraat 9
5361 ET - Grave
Tel. (0486)473487
Email. grave@cvandenheuvel.nl



Geitweg 4 - Alverna
M 06 - 25 29 87 75
E info@bijde3linden.nl
I www.bijde3linden.nl

Voeg ons!

Boerderij
Mini-Camping
Bed & Breakfast
Groepsaccommodatie

[f](https://www.facebook.com/bijde3linden) [t](https://twitter.com/bijde3linden)



www.bijde3linden.nl



AUTO MEGENS



CARPROF

Garage voor alle merken

Nieuweweg 76, Wijchen
024 64 20 200




24
MAANDEN
GARANTIE

op reparaties
en arbeidsloon

Creative Workshop Donderdag 16 april 2026.

Na het succes in 2024 gaven Roel en Coline van Es op donderdag 16 April jl. weer een workshop kralenrijgen/kettingen maken in de Oase. Door 16 deelnemers zijn kettingen gemaakt voor meisjes van 2-14 jaar en verwerkt in de schoenendozen van de schoenendoosactie.

Kijk voor meer informatie op www.schoenendoosactie.nl en/of op hun eigen website www.minakupenda.nl

In het najaar van 2026 gaat de actie weer van start. De schoenendozen die bij Roel en Coline thuis worden ingeleverd gaan ook dit jaar naar kinderen in Moldavië en Oekraïne.



De bovenstaande foto is gemaakt bij een schoenendoosuitdeling, tijdens hun reis naar Uganda in 2008.

Gezien de vele positieve reacties zou dit misschien wel een jaarlijks terugkerende activiteit van de SVA kunnen worden.

Groetjes Roel en Coline



foto door Corine gemaakt in de Oase tijdens de workshop

Heeft u tijd beschikbaar en wilt u die prettig besteden? Dan is buurtbuschauffeur misschien iets voor u!



De buurtbusvereniging Rijk van Nijmegen zoekt enthousiaste vrijwilligers (m/v) die er plezier in scheppen om de bewoners in de regio Rijk van Nijmegen door hun mooie gebied te vervoeren op trajecten waar de "grote bus" niet (meer) komt.

Door uitbreiding en door natuurlijk verloop zijn er vacatures ontstaan, die we graag weer willen invullen. Daarom zijn we op zoek naar nieuwe vrijwillige chauffeurs (m/v).

Als u in het bezit bent van het rijbewijs B, minimaal twee jaar rijervaring heeft en tijd beschikbaar heeft, dan kunt u hiervoor in aanmerking komen.

Wij vragen van u minimaal één dagdeel per 2 weken van ongeveer vier uur, waarop u samen met ca. 160 collega-vrijwilligers de dienstregeling realiseert.

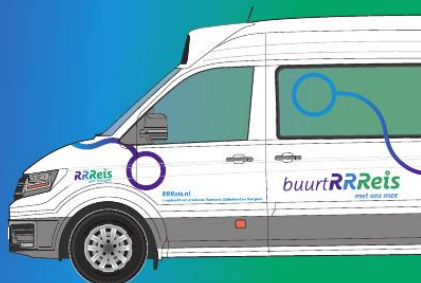
Lijkt u dit wat, wilt u meer weten of een keer een proefrit maken? Neem dan contact met ons op.

Buurtbusvereniging Rijk van Nijmegen

Tel. **06 53 20 30 20**
Email **pz.buurtbus.rvn@outlook.com**
Website **www.buurtbus.com**



Of scan deze QR-code



RRReis
met ons mee

RRReis.nl

Verslag themamiddag 23 april

Dagelijkse leven met dementie.

Het was een interessante middag met als thema dementie. Iedereen kent wel iemand in de nabije omgeving met de ziekte dementie. Wij hebben niet geweten dat er zoveel verschillende kenmerken van dementie zijn. Het begint met kleine dingen en dan komen er veel veranderingen voor de personen en de mantelzorgers, waardoor in het dagelijkse leven de dingen er niet makkelijker op worden. Met hulpmiddelen en goede begeleiding zijn er nog vele mogelijkheden die het leven toch wat gemakkelijker en aangenamer maken.

Het was een leerzame middag.

Lies van Sommeren en Tonny Zwartjes

Musical basisschool

Ook dit jaar voert groep 8 van de basisschool Alverna aan het eind van het schooljaar een musical op waar de leden van SVA bij aanwezig mogen zijn.

De kinderen willen dit keer niet verklappen waar het over gaat. Alleen dat de musical heel goed past bij de Antoniuschool.

Ze willen op maandag 6 juli om 12.45 uur beginnen op **'t bosplein in de Antoniuschool op de Heumenseweg**. De musical zal ongeveer tot 13.30 uur duren.

Uit ervaring kan ik spreken dat spelen of zingen voor een volle zaal vele malen leuker is dan voor een paar mensen. Dus beste leden, kom kijken en luisteren naar deze kanjers.

Thea Walraven

Uw Opticien op locatie

Als extra: pop-up servicepunten:

- Elke zaterdag: Go4fit Premium
10.30 tot 12.00
Homborg 2996 te Wijchen
- Elke donderdag van de even weken: 't Kompas
14.15 tot 15.45
Passedwarsstraat 69b te Wijchen

*De professionele opticien
die naar u komt.*



Pop-up servicepunten zijn voor:

- ✓ Reparatie van van uw bril
- ✓ Ooggerelateerde vragen
- ✓ Kennismaken
- ✓ Uiteraard een lekker bakske koffie

OpticienOpDeKoffie.nl

  **06 512 123 86**

MARI VAN RENS Tweewielerspecialist



Marconistraat 2, 6604 BX Wijchen

Telefoon (024) 6419653 • Fax (024) 6453876

Website: www.marivanrens.nl • E-mail: info@marivanrens.nl

De verliefde asperge

Ik lag met jou in hetzelfde bed

We sliepen wel rechtop

Jij stak er net wat bovenuit

Vandaar jouw blauwe kop

Ik was stapel op jouw lange lijf

Dat mag je nu best weten

Ik vond jou echt een reuze wijf

Gewoon om op te vreten.

Laatst droomde ik de hele nacht

Aan één stuk door van jou

Jij werd mijn bruid, mooi in het wit

Daar ik van sleepasperges hou

Mijn droom werd echter bruut verstoord

Ik bloedde aan mijn kuiten

Wij werden allebei vermoord

Door zo'n hovenier van buiten.

Wij werden in een kist gelegd

En daarna snel gewassen

Mijn rug was krom, de jouwe recht

Jij was dus éérste klasse

Wat wreed toch van zo'n hovenier

Ons zó uiteen te rukken

Ik heb jou niet meer terug gezien

Want ik lag bij de stukken

Weet je wat ik het gekke vind?

Het is toch eigenlijk stom!

Terwijl óns leven in de grond begint,

Is het bij de mens net ándersom!!!



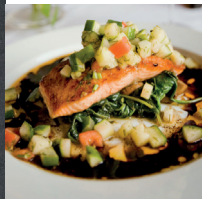
TIELEN HAARMODE

Graafseweg 638 Alverna (Wijchen) Tel.: 024 - 64 12 666

DE MARKIES BELEEF HET OP JOUW MANIER

Ons intieme restaurant kenmerkt zich door een huiselijke en knusse sfeer. Gezellig tafelen met smaakvolle gerechten en een goede service. Naast onze uitgebreide à la carte menukaart bieden wij ook een 3-gangen maandmenu van € 30,00. Dit keuzemenu is aangepast op het seizoen.

Ook kunt u heerlijke gerechten afhalen, langs fietsen voor een coffee-to-go of even blijven zitten voor het lekkerste softijs!



KOM GENIETEN
VAN ONZE
HEERLIJKE
COCKTAILS



Graafseweg 600, Alverna | T (024) 641 39 05 | zaaldemarkies.nl

Foto's van Ricky
Ebben-Zwartjes



expert WIJCHEN



DAAR WORDEN
WIJCHENAREN
WIJZER VAN

-  TOUWSLAGERSBAAN 32
-  WIJCHEN@EXPERT.NL
-  024 6453080
-  +31 6 81 02 02 46

 **dpn rikken**
print

Kerkenbos 1201
6546 BD Nijmegen
024 360 60 33

verkoop@dpnrikkenprint.nl
dpnrikkenprint.nl

alles in eigen huis
printen
digitaal
drukken
offsetdruk
sign

Tentoonstelling ‘Waterkracht’ tot en met 20 december 2026

Dit jaar is het honderd jaar geleden dat het Land van Maas en Waal werd getroffen door een grote watersnood. In de hele streek wordt stilgestaan bij deze ingrijpende gebeurtenis. Aansluitend op dit thema organiseert Museum Tweestromenland in Beneden-Leeuwen de tentoonstelling ‘Waterkracht’. In deze tentoonstelling denken we niet alleen terug aan 1926, maar kijken we ook naar het heden en de toekomst van de waterveiligheid in het Land van Maas en Waal.

Ervaar de kracht van het water in de virtuele beleving ‘Het bewegend Water’ waar je de effecten van verdroging en overstroming kunt zien en zelf keuzes kunt maken. Bekijk ook zeker de foto’s van Marcel van den Bergh (fotograaf Volkskrant) die door zijn beelden de klimaatverandering zichtbaar maakt. En ontdek wat je zelf kan doen om deze streek ook in de toekomst leefbaar te houden. De tentoonstelling is in Pastoor Zijlmansstraat 3 in Beneden Leeuwen.

Achtergrond

Op Oudejaarsdag 1925 brak de Maasbandijk tussen Overasselt en Nederasselt door. Dat leidde aan het begin van 1926, honderd jaar geleden, tot een grote watersnood in het Land van Maas en Waal. Duizenden mensen moesten evacueren en het dagelijks leven kwam stil te liggen. Hoewel er geen doden vielen, raakten veel Maas en Walers hun huis en bezittingen kwijt. Boeren en landarbeiders verloren hun inkomen door de overstroomde akkers, verwoeste boomgaarden en het verdrinken vee. De streek kreeg geen overheidssteun en was daardoor afhankelijk van landelijke steunacties. De meeste Maas en Walers bleven nog armer achter dan zij al waren.

Extra activiteiten

Het museum koppelt in de komende periode verschillende activiteiten en lezingen aan deze tentoonstelling. Hou hiervoor onze website en sociale media in de gaten. Kijk voor de openingsdagen en tijden op www.museumtweestromenland.nl

Partners

Museum Tweestromenland bedankt Waterschap Rivierenland, Wageningen University & Research, Rijkswaterstaat, RAS en Gemeente West Maas en Waal en IVN Maas en Waal voor hun inhoudelijke inbreng aan deze tentoonstelling.

WATERKRACHT
1926 museum 2026
tweestromenland
27 februari - 20 december 2026

**HOUDEN WE HET HOOFD
BOVEN WATER?**

Pastoor Zijlmanstraat 3 - Beneden-Leeuwen - www.museumtweestromenland.nl

Sociaal wijkteam Wijchen Zuid

Voor de wijken ten zuiden van de spoorlijn en Alverna.

Telefoonnummer: 024 642 57 59 Info@sociaalwijkteamwijchen.nl

Inlooppunt: Het Mozaïek, Campuslaan 6-8, 6602 HX Wijchen
het Sociaal Wijkteam is hier aanwezig: dagelijks van 9.00–12.30 uur

Belastingadviseurs / Belastinginvalhulp

Tijdelijk kunnen wij u niet doorverwijzen, we komen spoedig met nieuwe info

Ouderenadviseurs: Wanneer u een vraag heeft op het gebied van wonen, zorg, welzijn of financiën kan de vrijwillige ouderenadviseur (VOA) u informeren en adviseren. Voor de KBO voor Alverna is dit Ben Janssen, tel 024 – 641 213 of 06 3010 4680

OpStap-bus. De Opstap binnen de gemeente van deur tot deur.

Bel één dag van tevoren op werkdagen tussen 8.30 en 11.00 uur naar de centrale: tel. 6421999. Geef duidelijk aan als u gebruik maakt van een rolstoel.

Hulpdienst in de gemeente Wijchen

Stichting MeerVoormekaar Wijchen tel. 024-6418459 op werkdagen van 8.30 tot 12.00 uur. Hebt u ondersteuning nodig, bijv. bij een klusje, vervoer naar ziekenhuis of contact met een vrijwilliger

- **Formulierenteam en administratieve ondersteuning** Hebt u ondersteuning nodig bij het invullen van formulieren of bij het op orde brengen van uw administratie? In beide gevallen: (MeerVoormekaar tel. 024-6418459 op werkdagen van 8.30 tot 12.00 uur. Ondersteuning wordt geboden door een vrijwilliger.

- **Financieel spreekuur (Gemeente)** Van maandag t/m donderdag van 9.00-12.30 uur gratis in het Huis van de Gemeente. Tel. ondersteuning 088-4327000.

- **Valpreventie** op de website www.valpreventiewijchen.nl is alle informatie te vinden, inclusief de data en aanbieders van de cursus.

Rijbewijskeuring senioren. € 52,50 voor 75-plussers. Mail voor een afspraak naar afspraken@rijbewijskeuringsarts.nl of bel 085-0180800. Afspraak kan in Wijchen op 3 locaties: 't Mozaïek, de Oase en de Brink.

Digitaal Café, voor vragen kunt u terecht bij de Bibliotheek Wijchen via 024 641 7144 of digitale@bibliotheek-wijchen.nl

landwinkel®

De Diervoort

Staddijk 17
6603 LM Wijchen
Telefoon 024 - 344 24 17

tpwm.hopman@hetnet.nl
www.diervoort.nl

Kaasboerderij De Diervoort



THEEHUIS & BOERENSPELEN
DE EIKENHORST



Boerderij De Eikenhorst
Staddijk 1

6603 LM Wijchen

Tel.: 024-641 89 22

Mob.: 06-107 129 82

Mail: Eikenhorst@kpnmail.nl

www.eikenhorstwijchen.nl