

Alverna 50+

Nummer 7 - juni 2026

Hier
kan ook
uw foto
staan!

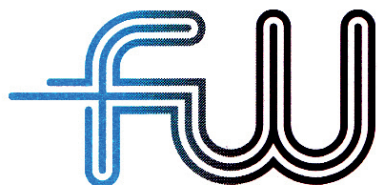


Magazine voor senioren

Cover door: Ricky Ebben-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 7 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 augustus 2026

Voorwoord

Dit is het laatste magazine voor de zomervakantie. Voor het volgende magazine moeten we wachten tot 2 september. Dan zullen we een tijpje van de sluier oplichten over het jaarfeest en vanaf dan kun je jezelf pas hiervoor opgeven. Vorig jaar hebben we voor het eerst de dansmiddagen ook in juli en augustus gehouden. Dit waren geslaagde middagen zodat er dit jaar ook weer gedanst kan worden in deze maanden.

Wandelen doen we het hele jaar door elke maandagmorgen. Op 18 mei hebben de dorpsreporters van Alverna meegelopen. Zij willen in kaart brengen wat er zoal te doen is op Alverna en tevens beeldmateriaal vastleggen voor ons nageslacht. De wandelaars die op deze dag mee liepen zijn ook allemaal geïnterviewd en gefilmd.

Omdat Betty ziek is zal ons nieuwe bestuurslid Geert van Rodijnen haar taken deze zomer overnemen. Dit is o.a. lief en leed. Dus als je hierover van een lid iets weet geeft het dan door aan Geert zodat hij hier aandacht aan kan schenken d.m.v. bijvoorbeeld een kaart. Wij wensen Betty sterkte en van harte beterschap.

Verder wens ik jullie allemaal een fijne zomer toe.

Groetjes Thea



Foto van John Spanjaard tijdens wandelen.

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	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
donderdag	5 november	Themamiddag
woensdag	11 november	Fietsen 1/2 dag

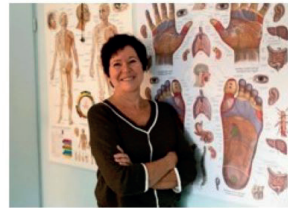
VOOR EEN GEZONDE TOEKOMST



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
- Verbetert 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	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
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

Geen mutatie

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

Geen mutatie



Dansmiddag

De dansmiddag op 11 juni was gezellig, er waren 42 personen. De eerst volgende dansmiddag is 9 juli EN 13 augustus. 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:	9 juli 2026 13 augustus 2026
Aanvang / Einde:	14.00 uur / 17.00 uur
Entree (€):	5,00



Fietsen

Op woensdag 8 juli
EN 12 augustus
EN 2 september

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. Denk aan de gele hesjes!!



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:	8 juli 2026 12 augustus 2026 2 september 2026
Aanvang / Einde	9:30 uur / 16.30 uur
Entree (€)	0,00

Verslag fietsen 20 mei



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

www.fransendave.nl



Frans & Dave
ADVISEURS IN VERZEKERINGEN

In verband met de slechte weersvoorspellingen op woensdag 13 mei werd het fietsen een weekje verschoven naar 20 mei. De opkomst was niet om naar huis te schrijven, er kwamen 7 mensen opdagen. We waren gepakt en gezakt (regenpakken, poncho's en jassen) en met een goed humeur gingen we op weg. Thea ging voorop met de route richting Druten, onderweg wat lichte miezerregen, maar dat mocht de pret niet drukken. Onze eerste stop, bij de Theetuin in Appeltern, heerlijk genoten van de koffie en het gebak. Daarna weer met goede moed op weg, we hadden nog geen 5 minuten gefietst, toen we werden overvallen door een stortbui, gauw gaan schuilen bij een boer onder het afdak, maar inmiddels waren de meeste al door en door nat!!



Na een minuut of 10 werd het droog en zijn we langzaam de route gaan vervolgen in de hoop dat we weer een beetje op zouden drogen tijdens het fietsen. Aangekomen (en Yess !! nagenoeg droog) bij de Bogerd in Druten waar een heerlijke uitgebreide lunch voor ons klaarstond. Tijdens onze lunch was het weer gaan regenen, maar daar



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?

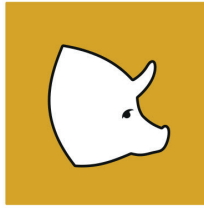
Maakt u dan een afspraak voor een pedicurebehandeling bij

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

hadden wij dus mooi geen last van deze keer. Na de lunch weer op weg voor de volgende 15 km. Het zonnetje scheen inmiddels lekker, via de dijk gereden tot aan Ewijk toe, een prachtige route, die ik zeker nog eens ga fietsen. In het dorps huis van Ewijk, die we na veel vijven en zessen eindelijk gevonden hadden, van een welverdiend drankje genoten. Daarna het laatste stuk via Beuningen weer naar huis, we hadden 65 km op de tellers staan.

Het was een geslaagde gezellige dag met Thea en Klaas, Hennie en Mimi, Theo, Niek.

Thx Sabine

ONZE BANK OOK VAN SENIORENVERENIGING ALVERNA

Wij doen mee met Rabo ClubSupport

STEM VANAF 7 SEPTEMBER
IN DE RABO APP

de coöperatieve
Rabobank 

Voorjaarsreis 21 mei 2026 naar Hellevoetsluis en Stellendam

62 deelnemers hadden zich aangemeld en uiteindelijk gingen we op pad met 59 personen. Om ca. 08.00uur vertrokken we met een zonnetje richting Hellevoetsluis. Het was een mooie rit door de Betuwe. We hadden een gezellige buschauffeur die ook nog wat vertelde tijdens de reis, dat was zeer prettig. Bij aankomst (ca. 10.00uur) bij “Droogdok Jan Blanken” in Hellevoetsluis werden we hartelijk ontvangen met koffie/thee en een lekker stuk appeltaart.

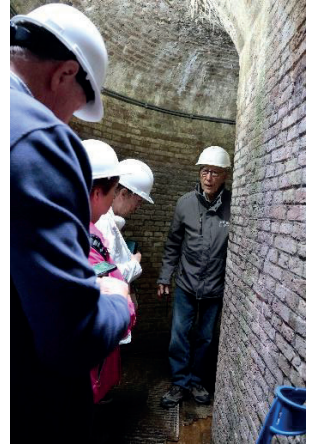


Na wat informatie gekregen te hebben werd de groep verdeeld in groepjes. Enkelen begonnen onder begeleiding van een gids aan een rondleiding boven en ondergronds, anderen bekeken nog een filmpje. Het was een zeer interessante rondleiding. Men liet zien hoe het “dokken” in zijn werking ging. Een heel vernuftig systeem wat bedacht was door Jan Blanken. Zonder computers in die jaren zo iets voor elkaar te krijgen was toch wel superknap! Ondergronds liepen we door een gangenstelsel





waarbij we met helm zelfs af en toe nog onze bol stootten. Dat mocht de pret niet drukken. Iedereen kwam weer heelhuids bovengronds ☺



Degene die niet aan de ondergrondse rondleiding konden deelnemen door bv. een rollator hebben heerlijk op het terras van het zonnetje genoten en mochten ook nog een filmpje bekijken. Bij de boten waren zelfs ook nog dokwerkers bezig.



We kregen de lunch in restaurant "Fortresse Holland". Prima verzorgd: kopje tomatensoep, risottobolletje, broodje ei met salade en van SVA (Senioren Vereniging Alverna) nog een consumptie erbij! Top dus. We vertrokken weer om 14.30uur richting Stellendam, o.a. langs een van de Deltawerken, waar we het Zeehondencentrum A-Seal gingen bezoeken. Onderweg in de bus trakteerde Thea op "schoolkrijtjes-snoep", tenslotte is het een soort "schoolreisje"!

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

Daar werden we ook weer in groepjes verdeeld en konden we precies de gang van zaken volgen hoe de zeehondjes werden opgevangen. Alleen zieke of verzwakte zeehondjes worden opgenomen. In fases worden ze verzorgd en klaargemaakt om weer de zee in te gaan. Er zijn 3 van dergelijke Stichtingen (zoals voorheen Pieterburen van Lenie 't Hart). We hebben kunnen zien hoe ze gevoerd werden, al dan niet dwangmatig (wat niet zo leuk was om te zien) maar wel nodig. Ze moeten goed aansterken voordat ze worden uitgezet. Mooi om te zien dat er veel goed werk verricht wordt. Zeehondjes die verstrikt raken in netten, ook verschrikt raken door de mens. De mens is de grootste vijand van de zeehonden. Dus als je eens op het strand zo'n pup ziet: niet te dichtbij komen. De moeder (die terugkomt met voedsel) durft namelijk niet dichterbij te komen door de mensen er omheen, waardoor de pup geen voedsel krijgt. Dus aandacht hiervoor. Vertrek 16.00uur . In de bus werden we door Geert en Thea voorzien van koffie/thee en een koek. Ook lekker.



Om 18.30uur arriveerden we bij restaurant "De Zon" in Overasselt. Daar werd een prima diner uitgeserveerd: asperge- of broccolikaassoep, schnitzel, frietjes met mayo, salade, quiche en als toetje een ijstaartje met slagroom. Heerlijk !!

Kortom ik denk dat het een zeer geslaagde dag was, waarvoor de complimenten aan de organisatie op zijn plaats zijn. Dank hiervoor en graag tot een volgend uitje.

Elly Hendriks-de Bruijn

Foto's van
Ricky Ebben-
Zwartjes





Een haaknaald en een draadje,
Stopten met werken voor een
praatje,
Draadje zei: Hoe het komt, ik weet
t nie,
Maar samen met jou krijg ik
steeds meer energie,
Haaknaald zei: Dat komt, als ik
mij niet vergis,
Doordat haken zo gezellig is.
Wij samen kunnen toveren met
kleuren,
Om de hele boel wat op te fleuren,
En haaknaald liet zijn kopje
zakken,
Om het draadje op te pakken,
Zullen we samen nog een toertje
maken?

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

Expositie op La Verna laat toekomst van zorg tot leven komen

Nijmegen, 19 mei 2026 – Vanaf donderdag 28 mei is op locatie La Verna van De Waalboog de expositie *Toekomst van werk in zorg en welzijn* te bezoeken. De tentoonstelling neemt bezoekers mee langs de ontwikkeling van ouderenzorg en sociaal werk: van vroeger, via het heden, naar de toekomst. Met oude foto's, verhalen, citaten van medewerkers en toekomstbeelden die met kunstmatige intelligentie zijn gemaakt, laat de expositie zien hoe zorg en welzijn in beweging zijn en wat dat betekent voor ons allemaal.

Bezoekers kunnen niet alleen kijken, maar ook zelf ervaren en meedoen. Zo zijn er interactieve onderdelen, waaronder een 'draaitelefoon' met stemmen uit een andere tijd, speelse elementen en een blik op hoe jij er over 20 jaar uitziet. Met de expositie wil La Verna mensen uit de buurt, bewoners, naasten, vrijwilligers, medewerkers en organisaties met elkaar in contact brengen en het gesprek op gang brengen over een belangrijke vraag: hoe organiseren we samen de ouderenzorg van morgen?

De expositie is van donderdag 28 mei tot en met zondag 19 juli 2026 te zien in de tuinkamer van La Verna, Leemweg 134 in Wijchen (Alverna), van donderdag tot en met zondag tussen 13.00 en 17.00 uur. De toegang is gratis. Bezoekers zijn van harte welkom om binnen te lopen, alleen of samen met burens, familie of vereniging. Vanwege het beperkte aantal parkeerplaatsen bij de locatie vraagt La Verna bezoekers om, als dat kan, met de fiets te komen.





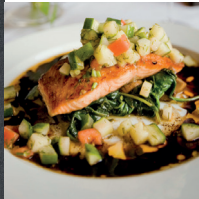
TIELEN HAARMODE

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

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