

Alverna 50+

Nummer 9 - sept 2026

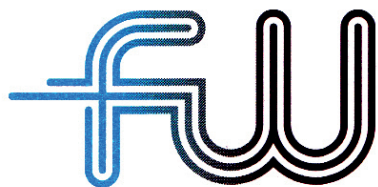
Hier
kan ook
uw foto
staan!

Magazine voor senioren

Cover door: Ad Trapman



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 9 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: 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: ntb

Lief en Leed: Geert van Rodijnen Tel. 06-55744730

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 21 oktober 2026

Voorwoord

Als dit magazine op de mat valt is het al weer oktober, er zijn van dit jaar al weer negen maanden verstreken, de tijd gaat snel!

Op 21 september kregen we het trieste bericht dat ons bestuurslid Betty van de Ven is overleden, ze was al geruime tijd ziek. Verderop in dit magazine komen we hierop terug. We zullen haar missen en we wensen Frans en de kinderen heel veel sterkte!

De meerdaagse fietstocht is goed verlopen, bij het afsluitende diner bij Asia heeft Piet aangekondigd te stoppen met het mee organiseren hiervan. Piet, heel erg bedankt voor het al die jaren samen met jou te mogen organiseren. Marion Zwartjes gaat het stokje van Piet overnemen, we hopen nog vele mooie tochten te kunnen organiseren.

Het jaarfeest is weer geweest, binnen een week was het maximum aantal deelnemers bereikt, we hebben helaas weer een aantal leden teleur moeten stellen. In ons volgende magazine volgt het verslag.

Verder zijn we bezig met het voorbereiden van de sinterklaasmiddag en de kerstviering. We gaan in oktober nog een hele dag fietsen, we kunnen nog dansen er is nog een film en een themamiddag.

We hopen dat het een mooie herfst wordt en dat we elkaar veel mogen ontmoeten op de activiteiten!

Hans Peperkamp

Vaste activiteiten (in de Oase)

- Activiteit: Teken en/schilderen, breien, haken poppen maken, of anderszins creatief bezig zijn.
Wanneer: Dinsdag van 13:30 tot 16:30
Voor: Leden SV Alverna
- Activiteit: Biljarten voor leden SV Alverna
Wanneer: Donderdag van 13:15 tot 16:00
Voor: Leden SV Alverna
- Activiteit: Biljarten voor biljartvereniging
Wanneer: Competitie dinsdag 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

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



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 Lichaams-verzorging
- Sportvoeding en Supplementen
- Therapeuten
(bio resonantie - orthomoleculair)
- Schoonheidssalon | Pedicure | Voetreflex



**Uw G&W gezondheidswinkel
 van Maas en Waal.**



Verschijningsdata magazine en 50+ magazine in 2026

Nr	maand	bezorgmoment vanaf
10	november	4 november 2026
11_12	december	2 december 2026

Overleden leden in afgelopen periode

18 september	Cor Albers	81 jaar
19 september	Piet Loeffen	79 jaar
21 september	Betty v.d. Ven-van Krevel	82 jaar

Voor een correcte administratie zou het fijn zijn als een overlijden, verhuizing of nieuw mailadres wordt doorgegeven aan het secretariaat van Seniorenvereniging Alverna (SVA)

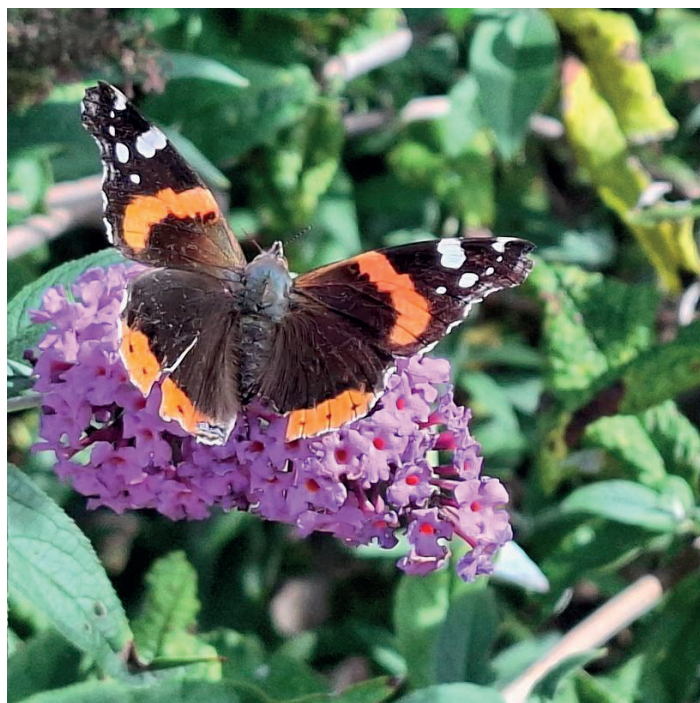


Foto van Diny Paddenburg-Zwartjes

In memoriam

Op 21 september is ons gewaardeerd bestuurslid Betty van de Ven op 82-jarige leeftijd overleden.

In 2019 is Betty tot het bestuur toegetreden en heeft het met veel passie gedaan. Ze wilde hiermee nog heel graag doorgaan en is tijdens de ALV in maart weer herkozen als bestuurslid.

Ze regelde lief en leed en maakte de meeste kaarten zelf die ze vaak samen met Frans op de fiets bezorgde en als het haar niet lukte deed Frans het voor haar.



Op de dinsdagmiddag was Betty het vertrouwde gezicht. Tijdens deze middag was ze het aanspreekpunt en regelde wat er te regelen viel. Zo ook voor het bloemschikken waar Betty de leiding over had. De cake en kerstbrood werd door Betty ingekocht, gesneden en gesmeerd voor een activiteit zoals o.a. het jaarfeest of de Kerstviering. Als we bedacht hadden om een presentje bij alle leden te bezorgen was ze er altijd bij met inpakken en bezorgen.

Betty bedankt voor jouw liefdevolle inzet voor de Senioren Vereniging Alverna, we zullen je missen!!

Het bestuur en leden van SVA wensen Frans, kinderen en kleinkinderen veel sterkte toe in deze moeilijke tijd.

Dansmiddag

De dansmiddag van 21 september was weer gezellig, er waren 55 personen. De eerst volgende dansmiddag is 8 oktober. Iedereen van 50+ is welkom, ook niet SVA leden, breng familie en bekenden mee. De live muziek wordt verzorgt Perry Stekhuizen. We hopen op een grote opkomst en dat het weer gezellig wordt!



Activiteit:	Dansmiddag
Datum:	8 oktober 2026
Aanvang / Einde:	14.00 uur / 17.00 uur
Entree (€):	5,00

Fietsen

Op woensdag 14 oktober 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, er is weer een mooie route uitgezocht.



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-app aangemaakt die “Fietsen SVA Alverna” 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:	14 oktober 2026
Aanvang / Einde:	9.30 uur / 16.30 uur
Entree (€):	0,00

Herinneringsmails

Misschien hebben jullie het gemerkt, de herinneringsmails komen van het mailadres alverna@leaweb.nl. Dat zit zo: we maken nu gebruik van de mogelijkheid die in ons **ledenadministratie** programma zit om alle leden of gericht naar een groep deelnemers aan een activiteit mailberichten te sturen. Dit is voor het secretariaat (Thea) een snelle manier om zo berichten te sturen. Ontvangt u geen mail kan dit komen doordat deze mail bij u als spam wordt aangemerkt of omdat wij uw mailadres niet hebben.

Het eerste kunt u zelf regelen door de in de spam naar een mail van alverna@leaweb.nl te zoeken en deze dan te verplaatsen naar de map Postvak IN.



Het tweede kan door uw mailadres aan Thea door te geven.

We hebben aan KBO Brabant, de beheerder van Leaweb, gevraagd om het mailadres aan te passen naar seniorenverenigingalverna@leaweb.nl. dat is meer herkenbaar. Reactie op deze mail worden doorgestuurd naar ons info mailadres.



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?

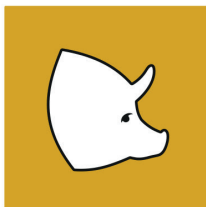
Maakt u dan een afspraak voor een pedicurebehandeling bij

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

Boerderij

Mini-Camping

Bed & Breakfast

Groepsaccommodatie

Volg ons!



www.bijde3linden.nl



 **AUTO
MEGENS**

 **CARPROF**
Garage voor alle merken

Nieuweweg 76, Wijchen
024 64 20 200



Verslag fietsen 12 augustus

12 Augustus was het weer zover. Een dag (60KM) fietsen met de bejaardenclub SVA Alverna. Om 9.30 uur had een groep van 19 personen zich verzamelt op het kerkplein. Het was 20 graden. Alle gele en oranje hesjes werden gecheckt. We konden vertrekken. Via de Heumenseweg richting het Wijchens Ven. Over de Vendam naar De Haterse Vennen. Prachtig gebied, echter de heide kon zich door de droogte niet van zijn mooiste kant laten zien. De vennen waren duidelijk van te weinig water voorzien. Gelukkig niet drooggefallen. Van daar via de Vossenbergsesweg richting Heumen waar we de A 73 kruisten. Door Heumen bereikten we het Maas Waal kanaal en staken deze over en kwamen in Malden aan. Langs het Maas Waal kanaal richting Mook. Tot nu toe hadden we op veel schaduwrijke wegen gefietst, dat was wel prettig. En toen gebeurde het. Thea was de weg kwijt, ondanks dat Hans Peperkamp zijn vrouw had meegestuurd om dit te voorkomen. Maar ook zij wist het niet. Het doel was om naar Van de Valk in Molenhoek te gaan en daar de eerste stop te houden. Na veel adviezen van diverse medefietsers werd uiteindelijk toch de juiste route gevonden. Bij van der Valk aankomen, hebben we ons kunnen laven aan koffie, thee en appeltaart. Na deze rustpauze vervolgden we onze reis. We fietsten in noordelijke richting naar de westzijde van Heumensoord. Daarna richting Berg en Dal om aan de oostzijde van Heumensoord langs het spoor richting Mookerheide te karren. Gelukkig was het hele traject een schaduwrijke route. De temperatuur was ondertussen naar zo'n 26 graden gestegen. Langs de Mookerheide, kwamen we in Plasmolen aan. Restaurant Mallejan wachtte ons reeds op, en had buiten onder de parasols een lange tafel gedekt voor de lunch. Eerst dacht ik we gaan Giraf eten, echter we konden toch ieder afzonderlijk bestellen.

Het was ondertussen behoorlijk warm geworden. Na de heerlijke lunch gingen we verder op onze tocht. Klaas had zijn gele hesje niet aan en had een smoes dat die verloren was. Wij wisten wel beter. Via de Mookerplas ging het via de Oosterkanaaldijk richting Mook, daarna Katwijk, Linden en de Kraaijenbergse plassen. Langs de Maas naar Grave. Daar was men al druk bezig met opbouwen voor het

BallonFiesta komende weekend. Aangekomen bij huize Catharina voor de hydratatie. We moesten haasten voor een plekkie op het terras omdat we concurrentie hadden van de fietsploeg van KBO Zeeland. Na deze rust pauze werd koers gezet naar de Oase in Alverna. Daar werd het geheim onthult van de 3-daagse fietstocht voor wie daaraan deelneemt. Kortom het was weer een leuke dag om op terug te kijken. Iedereen ging daarna weer “oksselfris” huiswaarts.

Uw medefietser,

Ad Trapman



Verslag fiets 3 daagse 2026



Regen of eigenlijk was het mieserregen, toen dinsdag 18 augustus de deelnemers aan de 3 – daagse , zich om 9.30 uur verzamelden op het Kerkplein in Alverna. De meesten in regenkleding gehuld. Een kleurig geheel. Via de brug bij Ewijk reden we naar Museumboerderij de Tip in Herveld, waar de koffie met een heerlijke appelflap op ons stonden te wachten. Dat smaakte heerlijk. In de regen ging het daarna via Dodewaard richting Opheusden, waar de lunch werden genuttigd. Een lekker broodje met warm vlees met pindasaus en daarbij een kleine portie groente. Het was gelukkig droog geworden, zodat we het vervolg van de rit zonder regenpakken konden maken. Via een prachtige route over Wageningen – Hoog arriveerden we bij onze derde stop in Renkum bij het boscafe De Beken. We hebben daar een drankje genomen en konden weer zonder regenkleding onze weg vervolgen over de Ginkelse Hei naar ons hotel in Ede. We kregen de sleutels en toen konden de kamers opgezocht worden. Een lekkere douche en toen hebben we aan de bar een lekker drankje genomen. Het werd erg gezellig. Na een prima diner, kwamen de kaarten en spellen op tafel en werd er tot laat gespeeld als afsluiting van een mooie dag. Groeten Piet Lasker

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

Passedwardsstraat 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 Tweewiwerspecialist



Marconistraat 2, 6604 BX Wijchen

Telefoon (024) 6419653 • Fax (024) 6453876

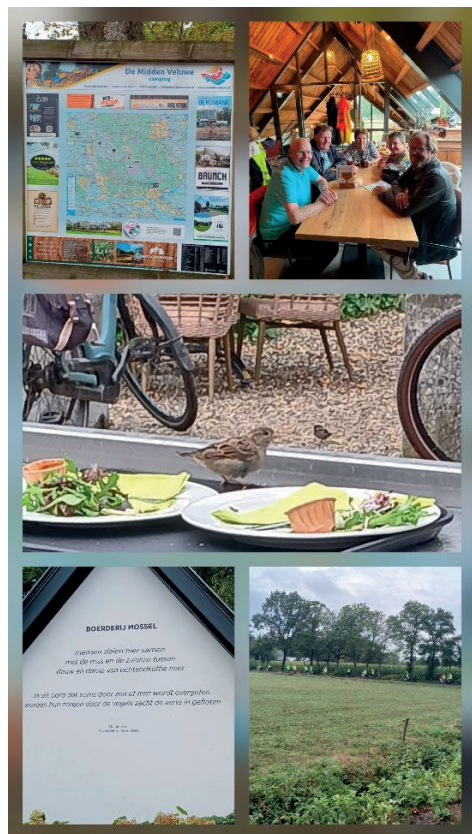
Website: www.marivanrens.nl • E-mail: info@marivanrens.nl

Op de 2e dag gaan we weer met goede zin, vrijwillig gezamenlijk de regen in. Mooie route door het bos dus we zingen er vrolijk op los. Even stoppen voor koffie of thee en de weergoden zitten ons weer mee. Het is droog maar we moeten de plassen ontwijken, de fietsen en wij worden goed smerig zal later blijken. Lekker genieten van de lunch we kunnen weer door die 60km daar gaan we toch voor?

Een laatste stop bij boerderij Mossel gelegen in het natuurgebied Planken Wambuis nabij Otterloo, het rijmen gaat even niet zo. Weer terug naar Ede over de Ginkelse Hei, maar dat ritje maakte niet

iedereen blij. De modder zat nog net niet op de helm, door die truck van het leger die dekselse schelm. Goed eten s 'avonds in het hotel Nou dat smaakte ons allemaal wel. Nog wat drinken, kaartje leggen of samen wat praten, het is weer bedtijd en ik zal het hier maar bij laten.

Met vriendelijke groeten Anne-Miek



Vandaag de laatste dag van deze 3daagse fietstocht.

Ik was zeer verrast, voor de eerste keer mee en ik ben blij dat ik zoveel lieve mensen heb leren kennen. Na het ontbijt in hotel de Bosrand gaan we de Ginkelse heide op, groepsfoto gemaakt bij het monument, weer door de bossen maar de paden waren vaak gevuld met regenwater. Daar konden wij "Oldtimers" wel tegen. Via Wolfheze naar Oosterbeek neergestreken op het terras Grandcafé Doorwerth voor een kopje koffie en net op tijd voor een gigantische regenbui.

Door naar Heelsum-Renkum, pontje gepakt in twee delen want het pontje kon maar 12 mensen laten glijden over de Rijn, vandaar!



Geluncht in Heterens eetcafé daar gaf Theo aan dat hij niet meer verder kon, helaas. Richting Herveld Ewijkse brug over en in 't Hart in Beuningen nog een drankje gekregen, er zat nog wat in de pot volgens Hans. Als Hans ging staan, wisten we dat moesten gaan. In Wijchen aangekomen vond een splitsing plaats want vele zagen de bui al hangen en zijn niet droog thuis gekomen. Veel regen gevallen, toch werd er in een verzorgingshuis nog zuinig omgegaan met water. De verzorgende gaf aan dat er niet gedoucht werd maar met een washandje de oksels gewassen en door naar beneden. De oudere dame zei; dat hoeft niet, die briefbus heeft allang geen post meer gehad....hahaha. De koffer opgehaald bij Klaas en Thea en 18.30uur werden we weer verwacht bij Asia. Gezellige afsluiting.

Het was een enerverende ervaring en een veel stromend gebeuren.

Mieke Straten

Filmmiddag 15 Oktober 2026

The Intern is een Amerikaanse komedie-drama uit 2015, geregisseerd door Nancy Meyers, met in de hoofdrollen **Robert De Niro** en **Anne Hathaway**. De film draait om de bijzondere vriendschap en samenwerking tussen een 70-jarige gepensioneerde man en een jonge, ambitieuze ondernemer.



Tot ziens op de filmmiddag

Activiteit:	Filmmiddag
Datum:	15 oktober 2026
Aanvang / Einde:	14.00 uur / 16:00 uur
Entree (€):	4,00



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

www.fransendave.nl



Frans & Dave
ADVISEURS IN VERZEKERINGEN

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



De geriatrie fysiotherapeuten Hetty Voeten en Jeroen Megens en de buurtsportcoach van de gemeente Wijchen Thom Wendling verzorgen deze interactieve middag door onder andere gebruik te maken van een loopmat.

Activiteit:	Themamiddag Valpreventie
Datum:	5 november 2026
Aanvang / Einde:	14.00 uur / 16:00 uur
Entree (€):	4,00





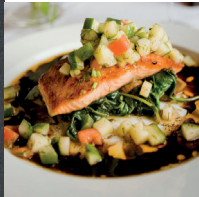
—TIELEN— HAARMODE

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 / Belastinginvulhulp

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 SV 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 & BOERENSPLEN
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