




Nieuwsbrief

Hierbij ontvangt u de nieuwsbrief augustus 2022 met actuele zaken en informatie van PIV Etten-Leur
Veel leesplezier toegewenst.

Voorwoord de redactie	Met al een flink aantal warme dagen achter de rug, is de zomer echt begonnen. Voor de een heerlijk en de ander heeft er meer last dan plezier van. Toch is de zon voor ons allemaal van groot belang. Iedere dag naar buiten is wel de moeite waard. Daarover kunt u verderop lezen in het artikel over onze hersenen. Dat er in Etten-Leur veel gebeurt in het kader van eenzaamheid is in deze nieuwsbrief ook terug te vinden. Een zeer actieve Els de Lange met veel activiteiten voor ouderen, koffie-gesprekken, een voorstelling bij de Nobelaer en een mooi verhaal van een bezoekje aan het Arboretum in Oudenbosch. Met een gedicht en een in memorie van twee bekenden van Present is de nieuwsbrief weer goed gevuld.
-------------------------------------	---

Bestuur Jan Engbers	Begin deze maand, net terug van vakantie, kon ik deelnemen aan de netwerkbijeenkomst over het thema eenzaamheid. Naast de sprekers, de deelnemers van diverse organisatie was het heel fijn om ook presentvragers en presentwerkers onder de deelnemers waar te nemen. Ik ben benieuwd hoe zij het hebben ervaren. Voor veel mensen is inmiddels de zomervakantie waarin zij er op uit trekken, weer aangebroken. Het is ook de periode waar andere juist meer eenzaamheid ervaren. Het is fijn als we binnen Present In Vriendschap in deze periode elkaar wat extra opzoeken zodat iedereen fijn de zomer door komt. Na de zomer staan er al weer nieuwe activiteiten gepland waarbij we elkaar weer ontmoeten en kunnen bijpraten over deze "hete" zomer. Tot dan en "Hasta la vista"
-----------------------------------	--

Welkom	Nadat het lange tijd stil was en er nauwelijks nieuwe vrijwilligers zich aanmeldden zijn we nu toch weer gegroeid. We heten dan ook van harte welkom: Angelique Schouw, Mieke Kilsdonk, Willemiene Spek en Trees Mechelinck. Alle vier zijn ze meteen begonnen. Onze wachtlijst is weer kleiner geworden.
---------------	---

Leestip  Betsie Netten	"Hoe lichaamsbeweging de hersenen activeren" Dit is de ondertiteling bij een boek van Eric Scherder, die we inmiddels wel kennen van verschillende t.v. programma's en inmiddels ook van zijn reclame, waar hij ouders adviseert hun jongeren niet voor 18 jaar aan de alcohol te laten wennen. Het boek: "Laat je hersenen niet zitten" geschreven in 2015 is niet persé een aanrader, want het is een behoorlijk ingewikkeld boek met veel onderzoeksresultaten, maar ook met veel humor geschreven en daardoor toch goed leesbaar. De boodschap die hij probeert te geven is de moeite waard. Bewegen..... en daarmee is niet alleen lopen bedoeld, want ook kauwen is een belangrijke beweging. Wanneer je één van zijn korte filmpjes op internet leest, hoor je dan ook een groot pleidooi, voor het eten van voedsel, waarvoor gewerkt moet worden. Zelfs het kijken naar mensen die bewegen, brengt in de hersenen nog een activiteit teweeg die de moeite waard is. Het boek moedigt aan om iedereen zo lang het kan, uit de stoel te halen. De winst van bewegen is zeer de moeite waard en elke kleine inspanning draagt daaraan bij.
--	--

Komt er iets op u pad wat U leuk lijkt voor de nieuwsbrief stuur het in aan de redactie

In gesprek met Els de Lange



het Seniorenhart
♥️ 🍀 *Voel je welkom!*

Betsie Netten

Voor veel mensen is Els de Lange geen onbekende meer. Zij is de drijfveer achter het Seniorenhart wat tegenwoordig zijn huisvesting heeft gevonden bij de Linde. In gesprek met Els, word je vanzelf enthousiast voor de verschillende middagen en ochtenden die zij organiseert. Behalve de bijeenkomsten voor senioren op vrijdagochtend, met een diversiteit aan activiteiten (workshops, theater, geheugentraining, muziek etc.) is er op woensdagmiddag een half uurtje bewegen. Alles met als doel, gezondheid, gezelligheid en ontmoeting.

Nog niet zo heel lang is daar het maandelijkse beweeg- en dansfeest bijgekomen. Deze middag, op de laatste zondag van de maand, begint iedere keer met een verschillende dansstijl.

Een mooie presentatie van een echte dansleraar en partner en nog een ander danspaar, openen de middag. Nadat iedereen de gelegenheid krijgt om deze dans te oefenen, is de feest middag echt begonnen.

Els schroomt niet om veel kleur aan zo'n middag te geven. Het theater zit in haar en zo zal ze gerust ook even als Nana Mouskouri de middag oplichten of als non verschijnen.

Belangrijk is dat iedereen het fijn en gezellig heeft. Ook een polonaise hoeft niet te ontbreken.

De muziek nodigt uit om te walsen en te foxtrotten en wat niet meer.

Voor de mensen die nog weinig kunnen bewegen is de middag ook gezellig. Els verstaat de kunst om ook vanuit de stoel mensen volop te betrekken bij het geheel.

In de zomermaand juli en in december is er geen beweeg- en dansfeest, maar vanaf eind augustus gaat het weer van start.

Kijk daarvoor op haar website: seniorenhart.nl of bel met 06-31536511

Nieuw in het najaar een is Single dansmiddag, met allerlei dansstijlen, alsook een op te starten theatergroep voor senioren.

Ina Roelvink, één van de bezoekers van de middagen van Els vertelde hoe er door zo'n gezellige middag ook vriendschappen ontstaan. Samen nog een kopje koffie gaan drinken, een lekkere loempia halen en opeten, wat napraten en zo wordt een zondag nog gezelliger.

Gedicht

O, rollator, mijn steun en toeverlaat
Heerlijke wagen die naast mij staat.
Waar ik loop of ga, jij bent in mijn buurt
Of het nu lang of even duurt.
Rollator, je helpt bij mijn onzekerheid.
In jou heb ik vertrouwen altijd.
Van 's morgens vroeg tot 's avonds laat.

Bied jij steun, onvermoeibaar apparaat
Zonder jou zat ik op een stoel,
en miste een heleboel
Voor velen ben je een sta in de weg,
Maar voor mij ben jij onmisbaar zeg!
Ik leun, ik steun, ik zit op jou,

Jij bent degene die ik het meest vertrouw.
Een standbeeld voor de uitvinder
die in stilte werkend achter de schermen
zich over slechte lopers wist te ontfermen.
Rollator bij het opstaan sta je naast mijn bed.
En maken we samen onze wandeling naar het toilet.

Rollator, zonder jou was ik uitgeteld, heel gauw.

Ingezonden Karien

Koffie gesprekken

In de vorige nieuwsbrief heeft u kunnen lezen, dat Surplus op 7 locaties begonnen is met het organiseren van gezellige - koffie-gesprekken .

Diverse mensen hebben daar al aan meegedaan, waaronder ook een aantal mensen van Present in Vriendschap. Natuurlijk loopt zo'n nieuw initiatief nog tegen veel verbeterpunten aan, maar er zijn al veel mensen, die positief terugkijken naar deze bijeenkomsten.

In de komende zomer zullen er meer groepjes gaan starten, met een iets andere opzet.

U kunt per keer deelnemen en de onderwerpen zullen van tevoren bekend zijn.

Voor Present in Vriendschap willen we met een klein groepje starten, waar dan ook nieuwe mensen uit Etten Leur op kunnen instromen. We hopen erop dat er in de toekomst een fijne vaste groep kan ontstaan.

U hoort nog van ons !

Leman Citak van Surplus

Wil je alvast informatie of je aanmelden neem dan contact op via 076 2082200, leman.citak@surplus.nl



Overleden mei 2022



Betsie Netten

Jeroen Ramaekers
Betsie Netten

Ria Maas-Joosen

In onze vorige nieuwsbrief vertelden we nog hoe Ria als langst-verblijvende in het hospice woonde. Bij de eerste kennismaking in augustus 2020 vertelde Ria hoe ze veel vrijwilligers werk gedaan heeft vooral bij de KBO. Ze kende dan ook veel mensen. Jammer genoeg raakte ze steeds slechter ter been en kreeg ze ook meer klachten, waardoor alles moeilijker werd. Dat weerhield haar er niet van om positief te blijven. Ze maakte borduurkaarten en hield nog van puzzelen, maar bovenal hield ze van bezoek en een fijn gesprek. In het hospice is ze nog veel gesprekken aangegaan, met bekende en onbekenden.

Jan Verwijmeren

Toen ik Jan leerde kennen in 2019 was zijn vrouw net opgenomen op het Anbarg. Een grote verandering voor Jan, die gewend was om goed voor zijn vrouw te zorgen. Een gezellige man, met vooral heel veel verhalen, over vroeger. De meest uiteenlopende banen heeft hij gehad, hij had een volkstuin, hield van koken en repareerde antiek. Geen stil-zitter. Toen Nanny onze vrijwilligster bij hem kwam, gingen ze samen met het busje naar het Anbarg, want zijn vrouw wilde ook wel weten, wie er bij hem op bezoek kwam. Nadat zij kon verhuizen naar Contrefort waren ze gelukkig weer dicht bij elkaar. Maar nog steeds voelde Jan zich erg alleen. Zijn doofheid en ook andere klachten maakte dat hij niet veel meer de deur uit ging. Met vrijwilliger Jeroen heeft hij nog een geweldige fijne tijd gehad, want Jan wilde zo ontzettend graag vertellen over alles wat hij had meegemaakt en Jeroen kon goed luisteren. Met het uitstapje naar de Menmoer was hij ook van de partij en genoot volop. Nadat hij tenslotte dit voorjaar plotseling erg achteruitging, kwam hij terecht in het hospice. Daar heeft Jan nog een fijne laatste tijd gehad.

Bezoek Arboretum



Woensdag 22 juni stond Arboretum in Oudenbosch op het programma als uitje van Present in Vriendschap.

Het Arboretum is een botanische en oude kloostertuin van ca 4 hectare.

Een levende verzameling van ruim 2500 bijzondere bomen en planten te midden van het religieus erfgoed in Oudenbosch.

Het tuinontwerp is van landschapsarchitect Anton van Rooijen. Het was zijn idee om de collectie naar geografisch herkomst in te delen. Zo tref je een Amerikaans, Europees en een Aziatisch deel, elk met een eigen stijl en in hoofdzaak bomen en planten uit die werelddelen.

Arboretum Oudenbosch richt zich in haar collectiebeleid in hoofdzaak op Aesculus, de paardenkastanje, waarvan ruim zestig species in de tuin zijn verzameld.

Met 30 mensen in 8 auto's zijn we afgereisd. We hebben heerlijk gewandeld en genoten van al het moois in deze oude tuin. Met of zonder rolstoel of rollator, het maakte niet uit. Op 30 juli ging er zelfs nog een tweede groepje. Sommige mensen gingen bij elkaar in de arm. Ieder deed het op zijn manier en eigen tempo. Van de bankjes die er genoeg zijn in deze tuin werd veelvuldig gebruik gemaakt om op zijn tijd te rusten, uit de zon te zitten en lekker bij te kletsen.

Het weer was perfect en de natuur zag er tip top uit. Er stond veel in bloei, dat maakt het allemaal nog fraaier.

Na afloop was het heerlijk genieten bij Un Momento van koffie, thee met wat lekkers of ijs. Dat hadden we wel verdiend.

Onze mensen hebben weer genoten van deze middag en men vond het fijn elkaar weer te zien.

Nog een speciaal bedankje voor alle chauffeurs die iedereen veilig van en naar huis heeft gebracht.

Karien van Hoeckel

Financiën

We zijn inmiddels al weer drie maanden onderweg in 2022.

Wij zijn dankbaar voor de giften die u ons geschonken heeft in de achterliggende periode. U maakt ons blij als u dit jaar ook ons wil steunen.

Iban: NL90RABO 0318 0270 97



Nacht in Etten Leur.

In samenwerking met werkgroep "een tegen eenzaamheid" en Het Zuidelijk toneel.

Het belooft een bijzondere nacht te worden waarin de thema's vriendschap, ontmoeting en eenzaamheid centraal staan!

Nacht in Etten-Leur is een ontroerende, beeldende en muzikale reis over het verlangen om gezien en niet vergeten te worden.



De Nobelaer

Activiteiten in het najaar:

- 25 augustus. Uitje naar de achtertuin koffie middag voor de mensen van Present In Vriendschap deelname gratis. Aanmelden voor 15 augustus
In het kader van de week van de eenzaamheid hebben we een heerlijke middag in petto.
- Zaterdag 1 oktober. Lunch en muziek in de Turfvaart
Van harte welkom voor alle mensen van present (meld u op tijd aan !)
In tegenstelling tot eerdere activiteiten willen we deze middag ook graag gasten verwelkomen. Deze mogen zich aanmelden en voor een vriendenprijs deelnemen aan de lunch. Geef een familielid, buurvrouw of bekende op, zodat we met elkaar een gezellige middag hebben. € 12.50 dit is de vriendenprijs voor de gasten)
Samen ben je niet alleen !
- Afsluiting van het seizoen in "De Achtertuin".
Een gezellige herfstmiddag op 14 oktober. Deelname kost € 2.50 (te betalen bij de entree)
- September oktober Rabo:.



Aanmeldingen bij presentinvriendschap@gmail.com

Wist u dat deze nieuwsbrief ook gestuurd kan worden naar familieleden of geïnteresseerden. Geef dan aan ons hun mail adres door. Hoe meer hoe beter.

06-19393973

presentinvriendschap@gmail.com

Pater Arnold Damenstraat 1 4871 XD Etten-leur

Mandela

Voor de zomermaanden een leuke bezigheid.. Laat ons zien hoe het is geworden en in de volgende nieuwsbrief geven we de mooiste een leuke plaats.



1148864161