



Nummer 36, Stichtse Vecht 23 april 2024

Beste Vechtse Plussers,

Hierbij weer een overzicht van onze activiteiten:

**Leeskring 26/4**

**Fietsen 30/4**

**Lezing NVVE wilsbeschikkingen 30/4**

**Wandelen 15/5, 12/6 en 17/7**

**Goed gesprek 13/5 en 17/6.**

**Kunstcolleges 14/5, 21/5, 28/5 en 4/6**

**Koffie/thee drinken 14/5**

**Spelletjes 8/6**

**Happy Hour 21/6**

*Heb je ideeën over te organiseren activiteiten of zoek je medestanders,  
laat het ons dan weten! Wij gaan dan op zoek naar wat mogelijk is!*

**WANDELGROEP**





Op 17 april heeft een groep heerlijk gewandeld langs de golfbaan Haarzuilen en genoten van de prachtige natuur.

Woensdag **15 mei** is de komende wandeling en we gaan vertrekken vanuit 't Web, (Cultureel centrum, Spinnerie 15) te **Loenen a/d Vecht** om **10.00 uur**.

**Opgeven** graag via [activiteiten@vechtseplussers.nl](mailto:activiteiten@vechtseplussers.nl).

Verder hebben we nog wandelingen gepland op 12/6 en 17/7.

## FIETSGROEP



Dinsdag **30 april** gaat de groep weer fietsen: verzamelen om **13.30 uur** bij de **bibliotheek in Maarssendorp**. Graag opgeven via [activiteiten@vechtseplussers.nl](mailto:activiteiten@vechtseplussers.nl)

## KOOK- EN EETGROEPEN



De groep **Maarssen** komt **16 mei** weer bij elkaar en de groep **Breukelen** vrijdag **24 mei**.

Wil je in een andere kern een groep starten, stuur dan een mail naar [activiteiten@vechtseplussers.nl](mailto:activiteiten@vechtseplussers.nl), dan helpen we je met opstarten.



## ELKAAR ONTMOETEN

Iedereen is welkom: dus neem iemand mee om kennis te laten maken met ons!

Opgeven graag voor onderstaande data via [activiteiten@vechtseplussers.nl](mailto:activiteiten@vechtseplussers.nl)

Op **dinsdag 14 mei 2024, vanaf 15.00 uur** gaan we **koffie/theedrinken** bij Restaurant **het Olde Regthuys** in **Tienhoven** (adres: Laan van Niftarlake 101, 3612 BP Maarssen): een mooi terras aan de voorzijde in de zon.

De **Happy Hour** is op 21 juni. Nadere informatie volgt.



## SPELLETJES

Zaterdag **8 juni** om **19.30 uur** gaat een groep mensen weer gezellig met elkaar spelletjes spelen. Er kunnen nog meer mensen bij. Graag aanmelden via [activiteiten@vechtseplussers.nl](mailto:activiteiten@vechtseplussers.nl)



## ZIN IN EEN GOED GESPREK?

Wil je wel eens doorpraten over wat je leven zin geeft? Waar haal je bijvoorbeeld je energie uit? Of hoe ga je om met vragen die op je afkomen, zoals ziekte of verlies van vrienden of dierbaren?

Elke keer hebben we een ander thema en de volgende keer **13 mei** gaat het over ZELFREGIE & ONMACHT.

Spreekt dit je aan? Dan ben je van harte welkom om mee te doen: je kunt dan ervaren of dit iets voor je is.

**Plaats: Verrijzeniskerk, Reigerskamp Maarssenbroek**

**Data: maandagmiddag 13 mei 15.00- 17.00 uur, en 17/6.**

**Kosten: € 7 per keer per deelnemer inclusief consumptie.**

Informatie en **graag opgave** via [activiteiten@vechtseplussers.nl](mailto:activiteiten@vechtseplussers.nl)



## **LEZING WILSBESCHIKKINGEN NVVE 30 april a.s.**

De vanzelfsprekendheid van de zorg zoals we die vanaf de zestiger jaren van de vorige eeuw gewend zijn wordt steeds verder afgekalfd. Er wordt steeds meer van het individu verwacht dat hij/zij zelf de regie in handen neemt.

Zo ook wat betreft de laatste levensfase van eenieder. Als je daar niet bijtijds over nadenkt en zaken regelt, wordt het voor je gedaan. Maar daar wordt niet iedereen blij van.

Bij nu nadenken over hoe wil ik het later moet er wel heel veel vanuit de wat als situatie worden gedacht:

Wat als ik invalide word?

Wat als ik dement word?

Wat als ik niet meer kan zeggen wat ik denk?

Wat als ik plotseling kom te overleiden?

Toch worden er ook steeds meer mogelijkheden gecreëerd om die regie zo lang mogelijk in eigen hand te houden. Vanaf het moment dat je afhankelijk wordt van anderen tot en met je uitvaart kun je van alles vastleggen en regelen.

Zo kun je ook vastleggen wanneer je het leven niet meer de moeite waard vindt en het wilt beëindigen. Dat kun je o.a. ook doen in wilsbeschikkingen.

De NVVE kent als wilsbeschikkingen: een euthanasieverzoek, een behandelverbod

en een volmacht medische beslissingen. Een wilsbeschikking euthanasieverzoek gaat altijd uit van "ondraaglijk lijden". Maar dat is voor iedereen anders. Wat de een ondraaglijk vindt is voor de ander nog best te doen. Hoe omschrijf je het zo, dat het heel duidelijk is wat voor jou ondraaglijk lijden is en maar voor één uitleg vatbaar?

Want een wilsbeschikking stel je zelf en zonder notaris samen. Dit in tegenstelling tot een levenstestament, waarin je de materiele zaken regelt voor als je dat niet meer zelf kunt, maar nog wel in leven bent. In een testament regel je de materiele zaken voor na je overlijden.

Over de wilsbeschikkingen euthanasieverzoek, behandelverbod en volmacht medische beslissingen gaat de lezing van Jan de Wit van de NVVE (Nederlandse Vereniging voor Vrijwillig Levens einde) op **30 april** in **Studio Idee** gevestigd in het Nieuwe Kampje in **Loenen**. We beginnen om **19.30 uur**, maar u bent **vanaf 19.15** uur al welkom. In de pauze is er een kopje koffie of thee en om 21.30 uur houden we ermee op.

Jan legt ons uit wat het allemaal inhoudt en hoe we ermee kunnen omgaan.

Wij zien je graag op 30 april om 19.15 uur in Studio Idee in Loenen.

De **entree** bedraagt € 3, = ter plaatse te voldoen.

Graag opgeven via [activiteiten@vechtseplussers.nl](mailto:activiteiten@vechtseplussers.nl) onder vermelding lezing NVVE. Tot dan!

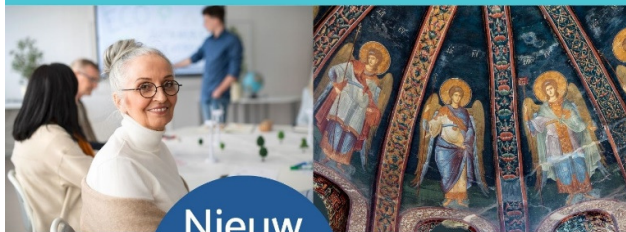


**COLLEGES Van Aartsengel tot Zonnekrans:**

**DE BEELDTAAL VAN DE CHRISTELIJKE KUNST**

Mis deze unieke kans niet om uw kennis over christelijke kunst te vergroten en uw brein vitaal te houden!

## Van Aartsengel tot Zonnekrans



Nieuw  
in Maarsse  
start 14 mei

OGJG 10



Voor iedereen die interesse heeft.  
Voorkennis is niet nodig



Vitaal ouder worden, ook met je brein



Nieuw gesprekstof met elkaar

Organisatie:

Vera Vandervesse



Vechtse Plussers  
dynamisch, inclusief

- Waar: Dorpshuis Maarsse  
Vondelstraat 51
- Tijdstip: Dinsdag 19-20u  
14 mei - 21 mei - 28 mei - 4 juni
- Kosten: €10 voor 4 x 1u college
- Seniorencollege: gegeven door  
masterstudent Luuk.
- Informatie: Vera Vandervesse -  
06-557 61 610
- Aanmelden:  
activiteiten@vechtseplussers.nl
- Betaling: na aanmelding

Sponsors:



## Van Aartsengel tot Zonnekrans

Hoe 'lees' je een schilderij of een beeldhouwwerk?  
In kunstwerken zijn vaak boodschappen verstopt die niet zo makkelijk te herkennen zijn. In deze collegereeks gaat u met mij, Luuk, deze raadsels ontwarren.

In de vier colleges bestuderen we de betekenis en symboliek van christelijke kunst. Van Michelangelo's Schepping van Adam tot het Lam Gods van Jan van Eyck: topstukken uit tweeduizend jaar kunstgeschiedenis zullen de revue passeren, maar we werpen ook een blik op minder bekende werken.

Mijn collegereeks is geschikt voor iedereen die zich interesseert in kunst, geschiedenis en religie. **Voorkennis heeft u niet nodig.**

Over Luuk:

Luuk (25) is masterstudent Kunstgeschiedenis aan de Radboud Universiteit in Nijmegen. Het waren de mysterieuze schilderijen van Jeroen Bosch die hem warm maakten voor een studie in de kunsten.

Luuk geeft ook (kunst-)historische stadswandelingen in zijn thuisstad Nijmegen. Of het nu gaat om middeleeuwse kerken, woonhuizen uit 1900 of moderne straatkunst: Luuk weet over ieder onderwerp een boeiend verhaal te vertellen.



## OPROEP LEESKRING VECHTSE PLUSSEERS

Graag nodigen wij leden uit mee te doen aan een op te zetten Leeskring binnen de Vechtse Plussers: datum **vrijdag 26 april** om **19.30 uur** bij Ria Post in Breukelen.

1. We kunnen kijken welke boeken wij leuk vinden;
2. We dienen een frequentie te bedenken waarin we een boek lezen en bij elkaar komen;
3. Misschien is 6 personen een mooi aantal om een Leeskring te starten.

Wil je je opgeven, mail dan naar [activiteiten@vechtseplussers.nl](mailto:activiteiten@vechtseplussers.nl) met als onderwerp Leeskring.



## WIE WIL SAMEN EEN SOULCOLLAGE MAKEN?

SoulCollage® is een simpele en leuke manier om contact te maken met je intuïtie. Voor SoulCollage® heb je geen artistiek talent nodig. Je zoekt afbeeldingen uit waar je je toe aangetrokken voelt. Deze afbeeldingen kun je knippen, scheuren en/of snijden en plak je vervolgens op een blanco kaart: kaarten maken gaat telkens anders. Soms begrijp je niets van wat je maakt en knutselt, soms voel je het al aan en soms word je zacht en blij, geraakt of zelfs opgetogen. Elke keer geeft het een gevoel van contact met iets belangrijks van binnen ..... of het nou om een eigen kaart gaat of om de kaart van een ander.

Lijkt je dit wat om samen te doen, mail dan naar [activiteiten@vechtseplussers.nl](mailto:activiteiten@vechtseplussers.nl) en wij brengen jullie met elkaar in contact. Geef bij interesse aan of je onderling collages wil gaan maken of dat je het wil doen in de vorm van een workshop (met de bijbehorende kosten).



## **KLASSIEKE MUZIEK... WIL JIJ ER MEER OVER WETEN?**

Vera Vandervesse en wij willen kijken of jullie het leuk vinden om een seniorencollege 'Klassieke Muziek' te volgen van Oud Geleerd Jong Gedaan: een student neemt je dan mee in zijn wereld van deze muziek en hij gaat dan ook op de piano spelen. We denken dit in het **najaar** te organiseren en dan ook 's middags. Heb je belangstelling, laat dat dan weten [activiteiten@vechtseplussers.nl](mailto:activiteiten@vechtseplussers.nl)



## **SUGGESTIES VANUIT DE LEDEN:**

### **. APPELTAARTCONCERTEN**

Stichting Appeltaartconcerten komt met appeltaart en klassieke muziek naar de mensen toe: om mensen te raken en te ontroeren. Het is informeel, laagdrempelig, feestelijk en ontroerend. Uiteraard wordt er in de pauze of na afloop appeltaart geserveerd. De appeltaart staat symbool voor de warme sfeer van de concerten.

Voor actuele concerten raadpleeg <https://appeltaartconcerten.nl/speellijst/>

### **. TRIMCLUB MAARSSEVEENSE Plassen**

Elke zaterdagochtend; weer of geen weer; van 09.00 uur tot ongeveer 10.15 uur; conditietraining voor mannen 55+; presteren op eigen niveau in twee groepen van 25 man; één trainer per groep. Het laatste halfuur wordt er met respect voor de kwetsbaarheid van de tegenstander een partijtje gevoetbald.

Een groep van ongeveer 15 man, gestopt met lopen, fietst een uurtje in de wijde omgeving van de Maarsseveense Plassen om daarna koffie te drinken met de trimmers. Maak een afspraak om kennis te maken en trim een keertje mee!

Meer info: [www.trimclubmaarsseveenseplassen.nl](http://www.trimclubmaarsseveenseplassen.nl). Vragen: [mptrimclub@kpnmail.nl](mailto:mptrimclub@kpnmail.nl)

### **. TIEN JAAR OGJG!**

Confetti, slingers en champagne: OGJG bestaat dit jaar 10 jaar! Op **24 mei 2024** vieren zij hun jubileum groots met een spraakmakende 24-uursshow. Reserveer deze datum alvast in uw agenda, want zij hebben een vol programma voor u in petto, zowel online als op een schitterende locatie in Amsterdam.

Gedurende deze 24 uur gaan wij ervaren hoe de ouder wordende samenleving eruit kan zien (in de nabije toekomst). Met spraakmakende gasten en onder leiding van Anita Witzier hebben ze het onder andere over beeldvorming in de media, carrièreswitches tot op hoge leeftijd en ouderen als oplossing voor het klimaatprobleem. Ook is er een intergenerationele 'pubquiz deluxe' en blijven we overnachten op locatie in een 'zorgsetting'. Kortom: genoeg te beleven!

**Wilt u hierbij zijn:** <https://www.oudgeleerdjonggedaan.nl/24-uurs-show/>

### **. LAATBLOEIERS**

Met Laatbloeiers vieren we het leven, verbreken we de ban van oud zeer en brengen we vertellers en luisteraars samen. Dat doen we live - met een festival - en gedurende het gehele jaar met het online platform [www.laatbloeiers.nl](http://www.laatbloeiers.nl)

We bieden je volop inspiratie om je nieuwsgierigheid te voeden en je te verleiden, om díe verhalen te delen die laten zien wie je bent. Het brengt je nieuwe inzichten, over jezelf en de mensen om je heen. Veel plezier!

Email: [info@vechtseplussers.nl](mailto:info@vechtseplussers.nl)  
Website: [www.vechtseplussers.nl](http://www.vechtseplussers.nl)  
Telefoon: 06 83 42 45 16  
K.v.K.nr: 87 12 11 31  
Bank: NL92 INGB 0397 9949 90 t.n.v. Seniorenver. Vechtse Plussers