

OP DE HOOGTE

JUNI 2019 - NUMMER 519 - JAARGANG 44



Sancta Maria Huissen

Inhoudsopgave – Sancta Maria, Huissen - juni 2019

U kunt in dit nummer o.a. lezen over:	op pagina:
Theatervoorstelling Kletsboek (3 juni)	6
Column Michel Hodes: Op de Hoogte	7
Nieuwe bewoners in Hulhuizen!	7
Sancta Maria Wandel 4-daagse! (4 t/m 7 juni)	8
Vitamine D: Wandelmiddag (13 juni)	8
Vincken Mode	8
Dag tegen ouderenmishandeling (15 juni)	9
Vaderdag (16 juni)	10
Seniorenpastoraat: "Leven met de stilte"	11 - 12
Umdracht 2019 (23 juni)	12
Gezondheidshoekje: Brandwonden	13
RijnWaal Zorggroep zoekt leden en voorzitter voor cliëntenraad	14
Jong geleerd is Oud gedaan (27 juni)	14
Nederland Positief!	15

Colofon

Coördinatie:

Liduina, Bommel:	Rieky Otten, Dorrie van Meurs, Kyra Knuiman
St. Jozef, Lent:	Ria Besselink, Jan Huijbers
Sancta Maria, Huissen:	Helma Verhoef, Henk Wolters
St. Jozef, Gendt:	Peggy Joosten
Communicatie algemeen:	Elisabeth Sohl
Eindredactie:	Helma Verhoef
Omslagfoto:	Helma Verhoef

Inleveren kopij:

Wanneer:	t/m 8^e van de maand
Waar:	Liduina, Bommel: ideeënbus recreatiezaal
	St. Jozef, Lent: receptie
	Sancta Maria, Huissen: bus Op de Hoogte
	St. Jozef, Gendt: receptie
	Of per email naar:
	redactieopdehoogte@rijnwaal.nl

Activiteiten juni 2019 - Sancta Maria, Huissen

Zaterdag 1 juni week 22	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	10.30 uur	Eucharistieviering
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken
Zondag 2 juni week 22	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	14.30 - 16.00 uur	Drink met ons gezellig een kopje koffie of thee en/of een drankje
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken
Maandag 3 juni week 23	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 uur	Theatervoorstelling Kletsboek
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	14.30 - 16.00 uur	Activiteiten en Ontmoeten
Dinsdag 4 juni week 23	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	14.00 uur	Sancta Maria Wandel 4 daagse
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken
Woensdag 5 juni week 23	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	10.00 - 11.00 uur	Live pianoconcert
	14.00 uur	Sancta Maria Wandel 4 daagse
Donderdag 6 juni week 23	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	14.00 uur	Sancta Maria Wandel 4 daagse
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken
Vrijdag 7 juni week 23	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	14.00 uur	Sancta Maria Wandel 4 daagse met na afloop Blarenbal
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken
Zaterdag 8 juni week 23	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	10.30 uur	Eucharistieviering
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken
Zondag 9 juni week 23	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	14.30 - 16.00 uur	Drink met ons gezellig een kopje koffie of thee en/of een drankje
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken

Maandag 10 juni week 24	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	14.30 - 16.00 uur	Activiteiten en Ontmoeten
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken
Dinsdag 11 juni week 24	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	14.00 - 16.00 uur	Sjoelen, kaarten, dammen, scrabble
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken
Woensdag 12 juni week 24	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	14.30 - 16.00 uur	Activiteiten en Ontmoeten
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken
Donderdag 13 juni week 24	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	14.00 uur	Vitamine D wandelmiddag
	14.00 - 16.00 uur	Handwerken, breien, borduren
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken
Vrijdag 14 juni week 24	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken
Zaterdag 15 juni week 24	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	10.30 uur	Eucharistieviering
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken
Zondag 16 juni week 24	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	14.30 - 16.00 uur	Drink met ons gezellig een kopje koffie of thee en/of een drankje
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken
Maandag 17 juni week 25	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	14.30 - 16.00 uur	Activiteiten en Ontmoeten
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken
Dinsdag 18 juni week 25	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	10.00 uur	Vincken Mode
	14.00 - 16.00 uur	Sjoelen, kaarten, dammen, scrabble
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken
Woensdag 19 juni week 25	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	14.30 - 16.00 uur	Activiteiten en Ontmoeten
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken

Donderdag 20 juni week 25	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	14.00 - 16.00 uur	Handwerken, breien, borduren
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken
Vrijdag 21 juni week 25	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken
Zaterdag 22 juni week 25	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	10.30 uur	Eucharistieviering
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken
Zondag 23 juni week 25	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	14.30 - 16.00 uur	Drink met ons gezellig een kopje koffie of thee en/of een drankje
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken
Maandag 24 juni week 26	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	14.30 - 16.00 uur	Activiteiten en Ontmoeten
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken
Dinsdag 25 juni week 26	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	14.00 - 16.00 uur	Sjoelen, kaarten, dammen, scrabble
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken
Woensdag 26 juni week 26	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	14.30 - 16.00 uur	Activiteiten en Ontmoeten
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken
Donderdag 27 juni week 26	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	14.00 - 16.00 uur	Handwerken, breien, borduren
	14.30 uur	Jong geleerd is Oud gedaan!
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken
Vrijdag 28 juni week 26	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	10.30 - 11.30 uur	Buurtkoffie
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken
Zaterdag 29 juni week 26	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
	10.30 uur	Eucharistieviering
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken

Zondag	09.00 - 19.00 uur	Winkeltje is open
30 juni	10.00 - 11.30 uur	Koffie- of theedrinken
week 26	14.30 - 16.00 uur	Drink met ons gezellig een kopje koffie of thee en/of een drankje
	18.30 - 20.30 uur	Koffie- of theedrinken

☆☆

Activiteitenrooster juni 2019 - KBO Huissen

dinsdag	4 juni	koffieochtend
woensdag	5 juni	koersbal
donderdag	6 juni	kaarten
woensdag	12 juni	koersbal
dinsdag	18 juni	fietsen
woensdag	19 juni	koersbal
donderdag	20 juni	kaarten
woensdag	26 juni	koersbal
donderdag	27 juni	bingo
vrijdag	28 juni	Riefkuchen

koersbal: aanvang 14:00 uur - plaats Gouden Engel
kaarten en bingo: aanvang 19:00 uur - plaats Sancta Maria

☆☆

Theatervoorstelling

Wanneer: maandag 3 juni

Tijd: 10.00 uur

Locatie: Het Rosendael



Een leuke voorstelling samen met kinderen van de basisschool.
 Opgeven vóór bovengenoemde datum kan bij de receptie.

Op de Hoogte



Misschien doe ik het te weinig: complimenten maken. Toch wil ik het hier maar weer eens doen voor de redactieleden van Op de Hoogte. Met enorme inzet en toewijding zorgen zij er iedere maand voor dat Op de Hoogte bij u op de tafel komt te liggen of dat u het op een van de leestafels kunt bekijken. De artikelen, veelzijdig in lengte en divers van aard, worden door hen iedere maand weer in het blad "geperst". Van het activiteitenoverzicht per locatie tot een column zoals deze. Lekker op papier, zodat je kunt ruiken dat het van de drukker komt en nu eens even niet digitaal.

Maar de digitale versie is natuurlijk ook gewoon op de site van Rijnwaal.nl terug te vinden.

Een compliment maken is een mooi gebaar van waardering, of zo u wilt een schouderklopje. Ieder mens heeft zo'n blijk van waardering nodig. Daar kan hij/zij weer even op teren om het beste uit zichzelf te halen.

Laten wij eens proberen dat wat vaker naar elkaar te doen, zo moeilijk is het niet. Het past misschien niet zo bij onze cultuur, maar bedenk zelf eens hoe leuk het is als een ander iets aardigs tegen u zegt. Daar fleuren wij toch allemaal van op?

Met vriendelijke groet,

Michel Hodes
Voorzitter Raad van Bestuur



☆☆

Nieuwe bewoners in Hulhuizen!

Zou het nieuwe ooievaarsnest in op de dijk in Hulhuizen direct gebruikt worden of niet? Dat was de vraag die de inwoners van Hulhuizen dit voorjaar bezighield. Het antwoord is ja!

Dit ooievaarspaartje is neergestreken in het buurtschap bij Gendt. De paal is in januari geplaatst dankzij de inspanningen van de inwoners, die via het project Lingewaard Doet van de gemeente in korte tijd de benodigde € 1.500 bij elkaar spaarden. Ook sponsors deden een duit in het zakje. De paal staat op korte afstand van de Gendtse polder. Dat is een prima foerageergebied. De ooievaar vindt in het vochtige gras voldoende voedsel. De vogel eet voornamelijk regenwormen, maar lust ook muisjes, kikkers en molletjes.





Sancta Maria Wandel 4-daagse!

De eerste week van juni staat weer in het teken van de Huissense Wandel 4-daagse.

Hier willen wij ook graag op in spelen en wij doen dit door onze eigen Sancta Maria wandel 4-daagse te organiseren.

Dit is alweer het derde jaar en het is een geweldige, gezonde en gezellige activiteit, waarbij wij samen op pad gaan!

Wij lopen een korte route door het centrum van Huissen.

In de week van **4 t/m 7 juni** gaan wij iedere middag wandelen.

Vanaf 14.00 uur verzamelen wij in de ontmoetingsruimte het Rosendael, waarna wij om 14.30 uur gaan lopen.

Op de laatste dag is er een gezellige afsluiting van dit wandel-evenement.

Loopt u ook mee?



Vitamine D: Wandelmiddag op donderdag 13 juni

Net als vorige maand hebben wij weer een datum voor de wandelmiddag in juni en wel op donderdagmiddag 13 juni.

Uiteraard gaat de wandeling alleen door met goed weer.

De bedoeling is om vanaf 14.00 uur te verzamelen in het Rosendael, waarna wij om 14.30 uur vertrekken.

Wij hebben weer een leuke route voor u in petto.

Wij vragen een eigen bijdrage van € 3,00 voor de kosten van een drinkpauze.

U kunt zich opgeven bij de receptie.

Met de rolstoel mee is geen probleem, wij zorgen voor voldoende begeleiding!



Vincken Mode

Dinsdag 18 juni komt Vincken Mode.

Naast de nieuwe collectie hebben zij ook items in de uitverkoop.

Vanaf 10.00 uur staan zij voor u klaar in Het Rosendael.



Vaderdag (16 juni)

Tegenwoordig dragen heel veel vaders wel hun steentje bij.
Zij doen de afwas, verschonen een luier, staan in de keuken...
Er zijn zelfs mannen die het hele huishouden runnen.
In die optiek zijn de vaders belangrijk en soms onvervangbaar geworden.
En vandaag dus ook!

Eén papa, twee papa's, geen papa?

Vaderdag is niet alleen een dag voor vaders, maar voor iedereen die zich als een vader gedraagt.
Dat kan dus ook een opa, stiefvader, oom of goede vriend zijn.
Dit laatste is niet onbelangrijk wanneer er kinderen zijn die vanwege een scheiding minder of een verstoord contact hebben met hun natuurlijke vader.
Uiteraard is het ook zeer goed mogelijk dat de vader van een van de kinderen is overleden.
Of dat een kind opgroeit in een relatie met twee vaders!

De commercie geeft aan dat er met Vaderdag nog lang niet zoveel verkocht wordt als met Moederdag, maar daar is wel langzaam verandering in gekomen.
Vaders krijgen op die dag niet alleen stropdassen, parfum en rookgerei, maar ook schorten, stofzuigerzakken en strijkijzers.
Sommigen onder hen ontvangen tevens felicitaties in de krant.

Papadag!

**Goede morgen lieve papa,
jij bent groot en ik ben klein,
maar ik vind het echt fantastisch,
dat we dikke vrienden zijn.**

**En voor al die lieve papa's
is het nu dus Vaderdag,
ik ben blij dat ik daarom,
jou dit cadeautje geven mag.**

**Goede morgen lieve papa,
jij bent groot en ik ben klein,
maar ik vind het echt fantastisch,
dat we dikke vrienden zijn!**



Seniorenpastoraat: "Leven met de stilte"



In het midden van de vorige eeuw had je in cafés een jukebox, een apparaat met meestal 78-toerenplaatjes.

Met een muntje betaalde je en je koos je favoriete nummer: rockmuziek, een Duitse schlager, een Nederlands nummer uit de hitparade.

En de stilte was dan ver te zoeken.

Het verhaal gaat dat je in sommige cafés ook met een muntje wat stilte kon kopen.

Even op adem komen, even wat rust.

De reacties waren opvallend.

Afwijzend tot "fijn dat het even ook zo kan"!

Uit onderzoek naar het effect van geluid blijkt: te veel lawaai verhoogt de kans op stress, hart- en vaatziekten en slaapverstoring.

En er zijn aanwijzingen dat stilte kan repareren.

Stilte is schaars: in 70% van de huizen is 24 uur per dag meer dan 40dB te horen, de grens die wordt aangehouden voor stiltegebieden.

Dit is vergelijkbaar met vogels in de ochtend, een rustig kantoor of geroezemoes in de klas.

Ook in de 650.000 hectare stiltegebieden dringt het lawaai door van verkeer, crossmotoren en in het westen van vliegtuigen.

Steeds meer blijkt dat veel mensen in het jachtige leven behoefte hebben aan rust, aan momenten van stilte, om weer op adem te komen.

De stilte wordt dan een keuze.

Een weekend in een klooster is zeer in trek.

Daarbij speelt al dan niet gelovig zijn geen rol. Als je tijdig inschrijft, ben je welkom.

De behoefte aan meditatie en mindfulness groeit, rust vinden, meer tot jezelf komen.

De stilte toelaten in je leven als waarde voor jezelf maar ook voor de samenleving.

Vanuit het echte van jezelf kun je meer betekenen voor anderen.

Maar stilte kan ook een bedreiging zijn die je soms naar de keel kan vliegen.

Stilte is bijna oorverdovend als de dag bijna voorbij is en je hebt nog van niemand de stem gehoord.

De stilte is dan je lot.

Een stilte die je dan koste wat kost wilt bestrijden, al is het maar door zo maar iemand even te bellen.

Een stilte-ervaring die ouderen soms meer meemaken dan hen lief is. Zeker als je alleen woont en sociale contacten maar heel beperkt zijn.

De vraag blijft dan: hoe kun je leven met de stilte?

Een stilte die je blij maakt, die je goed doet, waar je naar uitkijkt als je de drukte en het lawaai achter je kunt laten. Die stilte doet je goed.

Heel anders is de stilte die je pijn kan doen, je neerslachtig maakt.

Leven met die stilte is lang niet eenvoudig. Er voor wegvlugten is geen optie.

Wellicht komen wij verder als wij accepteren dat een stuk stilte bij ons leven hoort, dat je kunt aanvaarden en dat die in ons leven een plaats mag hebben.
Zoals ook een stukje eenzaamheid bij ieder mensenleven hoort, zolang het niet alles gaat overheersen.
Stilte toelaten in je leven kan dan een opstap te zijn om te ontdekken wat stilte je ook kan geven.
Leven met de stilte kan je helpen om te durven kijken naar jezelf, met je lichte en schaduwkanten.
Zien wie jij bent, bewust worden van je eigen mogelijkheden.
Weten dat je zoveel aan anderen te danken hebt: je leven, dat je geliefd mag zijn, dat je voor een ander nog veel mag betekenen, ook als je ouder wordt.
Dat je soms voelt dat ze jou niet willen missen.
Zo kun je in de stilte thuiskomen bij jezelf en bij wat jou bezielt.
En dan wordt stilte een mooi geschenk, waarbij je ook de diepte in het leven kunt proeven, dat je je gedragen mag weten.
Gedragen door je verbonden zijn met mensen die je lief zijn, met mensen waarmee je leeft dichtbij misschien of wat verder af, mensen die op hun manier met de stilte leven.
Je gedragen weten door de Levensbron die ons toespreekt, aankijkt vanuit de natuur, met de ogen van een mensenkind met de vraag: wat betekenen jij voor mij en wat kan ik voor jou betekenen?

Seniorenpastor John Rademakers

☆☆

Umdracht 2019: zondag 23 juni

Het is weer zover.
Wij zijn er weer.
Fijn, als u er ook bij bent.

Meer dan dertig jaar mocht ik met u optrekken en u begeleiden bij dit eeuwenoud gebeuren in Huissen.

Kerngedachte was, is en blijft dat de Heer ons mag blijven zegenen en steunen bij onze dagelijkse beslommeringen.
Zegen vragend over onze gezinnen en families en mogen wij dat vooral samendoen.



Dat kunnen wij met de gedachte van dit jaar: **"Delen vermenigvuldigt geluk"**.

Een zegenrijke tocht wensen: Umdracht-comité en voorgangers.

Clemens Crolla, aalmoezenier b.d.

De voorgangers bij de Huissense Umdracht van 2019 zijn:

- Mgr. Drs. Th. Hoogenboom
- Pastoor G. Peeters
- Pastor Fr. Boomers, emeritus
- Pastor V. Bulthuis
- Aalmoezenier C. Crolla, b.d.

Het Thema van deze Umdracht luidt: "Delen is Vermenigvuldigen van Geluk".

Brandwonden

Wat zijn het?

Als u zich ergens aan brandt, ontstaat op die plek een brandwond. Er zijn verschillende soorten brandwonden.

Een eerstegraads brandwond is een rode, droge en pijnlijke plek.

Een tweedegraads brandwond is ook rood en pijnlijk; de plek is vochtig en soms ontstaan er blaren.



Een derdegraads brandwond is geelwit van kleur en doet geen pijn, terwijl het juist een ernstige verbranding is.

De brandwond is zo diep dat de zenuwuiteinden in de huid vernietigd zijn.

Daardoor voelt u geen pijn meer.

Als de huid nog erger verbrandt, ontstaan er zwarte plekken. Dit heet verkoling.

Waarom komt het?

Veel brandwonden ontstaan door contact met heet water of vet: een theepot of frituurpan die omvalt, badwater dat te heet is of spetterende bakboter.

Een vlam aanraken of een hete ovenschaal met de blote hand aanpakken zijn eveneens bekende oorzaken.

U kunt zich ook verbranden door elektriciteit.

Uw keel en longen kunnen verbranden door het inademen van stoom of hete lucht.

Ook de (hoogte)zon kan voor verbranding zorgen.

Wat te doen bij verbranding

Bij een verbranding is direct koelen onder stromend water heel erg belangrijk.

Afkoeling remt de verbranding. De schade blijft dan beperkt.

Houd de brandwond minstens twintig minuten onder de kraan of douche.

Gebruik koud tot lauw water.

Laat de kleding die aan de brandwond kleeft, gewoon zitten.

De huid beschadigt als u de kleding lostrekt.

Raak een brandwond zo min mogelijk aan om de kans op een infectie klein te houden.

Smeer geen zalf op de brandwonden.

Als de wond open is of als er blaren zijn, doe er dan verband of een schone theedoek op.

Wanneer naar de huisarts?

Bij verbranding is koelen erg belangrijk.

Pas daarna moet u uw huisarts raadplegen.



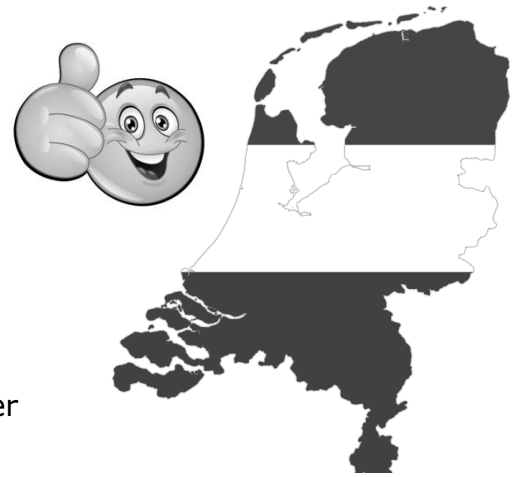
Nederland Positief!

Na een week van miezerig zomerweer begint nu eindelijk de zon weer te schijnen!

Mensen zitten lekker op terrasjes en de korte broeken worden weer uit de kast gehaald.

Maar behalve dit heerlijke zonnetje zijn er nog heel veel andere leuke dingen aan Nederland.

Wij vroegen dan ook wat jullie positief vinden aan de Nederlandse samenleving.



Uit de 119 inzendingen die wij binnenkregen bleek maar weer dat er behoorlijk wat redenen zijn om blij te worden van Nederland.

- * Voetbal: Voetbal zorgt niet alleen voor leuke en spannende wedstrijden, maar maakt Nederland ook voor even één. Het zorgt voor saamhorigheid, omdat iedereen hetzelfde doel heeft: kampioen worden!
- * Voorzieningen: Wij hebben zoveel in Nederland. De supermarkten liggen vol met eten, er is ontzettend veel keuze, er komt drinkwater uit de kraan, wij hebben schone straten. Ook de infrastructuur is goed geregeld. Denk aan de wegen en spoorwegen, maar ook de zorg en de veiligheid zijn erg goed. Wij mogen niet klagen, zeker niet in verhouding tot veel andere landen.
- * Ouderwetse Hollandse gezelligheid: thee-leuten, even een bakkie doen met de buurvrouw, bordspelletjes op zondagmiddag of koekjes bakken met het hele gezin. Nederlanders houden van gezelligheid! En laten wij vooral leuke tradities als Sinterklaas niet vergeten.
- * Bloemen: de Nederlandse bloemen zijn wereldberoemd met de tulp natuurlijk als allerbekendste. Toeristen komen speciaal hierheen om de bollenvelden te bekijken en zelfs de Paus bedankte ons voor de bloemen. Behalve dat het een echte toeristentrekker is, maakt het Nederland ook nog eens heel mooi!
- * Fietsen: Nederland is een echt fietsland. Wij hebben goede fietspaden en de mogelijkheid om overal heen te fietsen. Daarbij is het nog leuk en gezond ook!
- * Koningsdag: met Koningsdag is iedereen vrolijk. Of je nou lekker wil rondlopen en verkopen op de vrijmarkt of afreist naar Amsterdam, overal in het land is het gezellig en overal is het feest! **Oranje boven!**
- * Vrijheid: iedereen kan in Nederland zichzelf zijn, ongeacht geloof, mening of afkomst. Je mag je eigen keuzes maken en er is vrijheid van meningsuiting.
- * Regen: ja, ook regen heeft positieve kanten! Het is goed voor de tuin en zorgt ervoor dat Nederland mooi groen is.

(Stichting Nederland Positief)



Telefoonnummers Sancta Maria, Huissen - 1

Zorgcentrum Sancta Maria	(026) 326 33 00
Huisartsenpraktijk Polseweg: Polseweg 17, Huissen T.H.J. Bakker, S.A. Hermans, T. Tomesen, N. Aaftink	(026) 325 09 08
Huisartsenpraktijk Oostveen en Kamp: van Voorststraat 1, Huissen M.C. Oostveen en J. Kamp	(026) 325 11 66
Huisartsenpraktijk: Plaza 7, Huissen S. Broens	(026) 325 06 91
Huisartsenpraktijk: Plaza 3, Huissen C.B.M. Bles en P.J.P. Poels	(026) 325 12 31
Huisartsenpraktijk: Raadhuisplein 2, Huissen E.J. Rodermond en D.P.T. Both-Siemers	(026) 325 06 09
Huisartsenpraktijk Jupiter: van Gelrestraat 4a, Huissen S. Roeleveld en A. Pons	(026) 325 16 28
Huisartsenposten in regio Arnhem voor Spoed: Huisartsenpost Arnhem-Noord Wagnerlaan 55, Arnhem (naast de Spoedeisende Hulp in Rijnstate) Dagelijks van 17.00 tot 08.00 uur Weekenden en feestdagen 24 uur per dag Huisartsenpost Arnhem-Zuid Mr. D.U. Stikkerstraat 122, Arnhem Dagelijks van 17.00 tot 23.00 uur Weekenden en feestdagen van 08.00 tot 23.00 uur Huisartsenpost Zevenaar Hunneveldweg 14B, Zevenaar Dagelijks van 17.00 tot 23.00 uur Weekenden en feestdagen van 08.00 tot 23.00 uur	0900 15 98 (026) 389 96 96
Vertrouwensarts: H.J. Schers	(024) 309 45 00
Zuider Apotheek Huissen, Zilverkamp, Brink 4, Huissen	(026) 325 21 20
Medsen Apotheek Lichtenbelt, Langestraat 23, Huissen	(026) 325 15 23

Telefoonnummers Sancta Maria, Huissen - 2

Medsen Apotheek Loovelden, Plaza 1, Huissen	(026) 325 32 55
Zuider Apotheek Huissen - Angeren, Polseweg 17, Huissen	(026) 325 55 03
Zuider Apotheek Huissen Centrum, van Voorststraat 1, Huissen	(026) 205 12 77
Fysiotherapie Huissen, van Gelrestraat 4, Huissen	(026) 325 20 65
Fysiopunt, Mecklenburg 3, Huissen	(026) 389 10 66
Fysiotherapiepraktijk Broersen en Van Oeyen, Lemoen 14a en Van Voorststraat 1, Huissen	(026) 325 38 53
Fysiotherapie M. van der Ploeg, Jan Joostenstraat 40a, Angeren	(026) 325 52 72
Politieteam Gelderland-Midden	0900 88 44
Participatiepunt Huissen: Sancta Maria	(088) 255 25 30
Protestantse Gemeente, Huissen	(026) 325 34 21
RK Parochie Maria Magdalena, Bommel bij nood, ziekte of bij overlijden	(0481) 45 13 71 06 30 05 17 77
Seniorenpastoraat en Vertrouwenspersoon: drs. John Rademakers	(0481) 48 15 97 06 49 40 89 65
Aalmoezenier Crolla	(026) 325 38 85
Klantenservicebureau RijnWaal Zorggroep	(0481) 47 06 60
Centrale Cliëntenraad RijnWaal Zorggroep Ambtelijk secretaris CCR: Helmi Bus Bereikbaar op maandag, woensdag en vrijdag	(0481) 42 13 38
Redactie Op de Hoogte Henk Wolters	06 20 72 75 51

OPLOSSING PUZZEL MEI 2019

Het gaat hier om een kruiswoordraadsel waar je horizontaal en verticaal zelf de woorden in moet passen.

De nummering ontbreekt dus, maar de in te vullen woorden zijn hieronder wel gegeven. Zet de woorden op de goede plaats!



HORIZONTAAL:

ar
drink
eng
komst
knaap
laden
manke
melig
minst
trede

VERTICAAL:

ark
berg
eiken
in
kijk
me
model
reclameaanbieding
stom
te
top

S		R		B
T	R	E	D	E
O		C		R
M	E	L	I	G
		A		
K	O	M	S	T
IJ		E		O
K	N	A	A	P
		A	R	
M	A	N	K	E
O		B		I
D	R	I	N	K
E		E		E
L	A	D	E	N
		I		
M	I	N	S	T
E	N	G		E

De puzzel van MEI 2019 is gewonnen door:

**in Sancta Maria, Huissen:
mevrouw Straatman-Kock / kamer 22N**

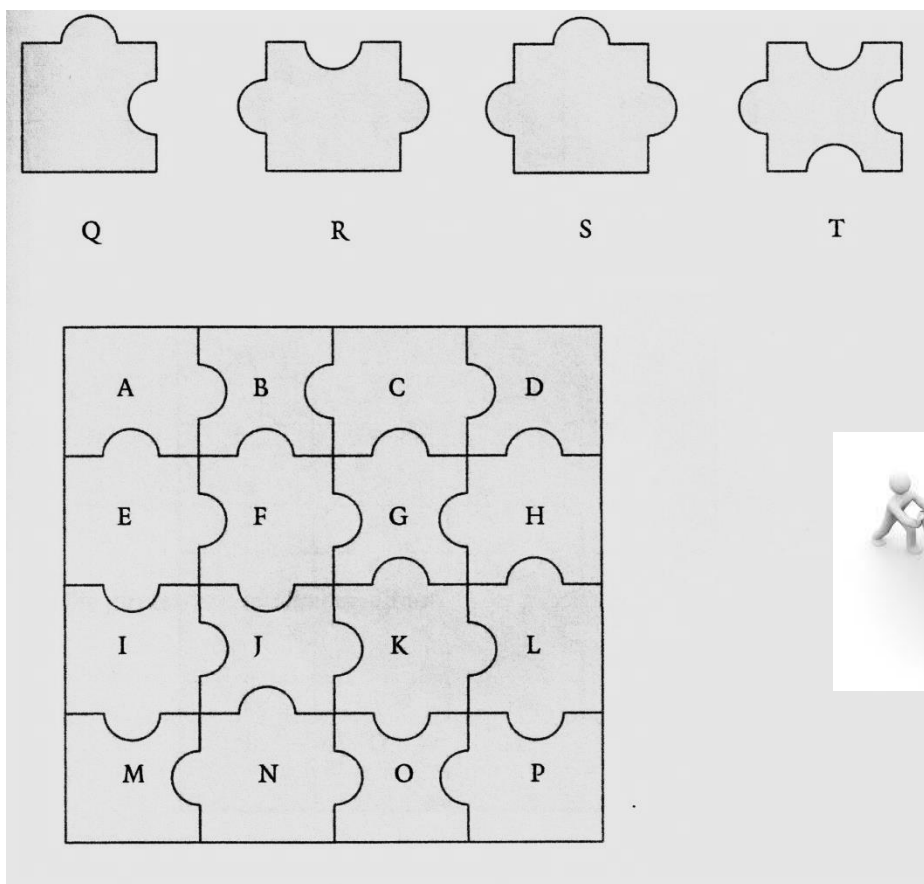
**in Liduina, Bemmelen:
mevrouw T.C. de Blank-Willekes / kamer 224**

**in St. Jozef, Lent:
de heer G.W. Lamers / appartement 23**

**in St. Jozef, Gendt:
mevrouw Teunissen-Visch / Flieren 4**

Proficiat en u ontvangt binnenkort uw prijs!

PUZZEL JUNI 2019: Welke puzzelstukjes zijn hetzelfde als.....?



1. Welke puzzelstukjes zijn hetzelfde als puzzelstukje **Q** ? en
2. Welke puzzelstukjes zijn hetzelfde als puzzelstukje **R** ? en
3. Welke puzzelstukjes zijn hetzelfde als puzzelstukje **S** ? en
4. Welke puzzelstukjes zijn hetzelfde als puzzelstukje **T** ? en



Naam:.....

Kamer / appartement:.....

De oplossing kunt u t/m 8 juni 2019 inleveren bij:
Sancta Maria, Huissen: in de bus van "Op de Hoogte" in de ontmoetingsruimte
Liduina, Bemmel: in de ideeënbus in de recreatiezaal
St. Jozef, Lent: afgeven bij de receptie
St. Jozef, Gendt: afgeven bij de receptie

U BENT WEER OP DE HOOGTE!

St Jozef Gendt
Kloosterplein 4
6691 CX Gendt
0481 421338

St. Jozef Lent
Lentse Schoolstraat 29
6663 CP Lent
024-3813600

Liduina
Gouden Appel 120
6681 WP Bemmel
0481-470600

Sancta Maria
Raadhuisplein 1
6851 BW Huissen
026-3263300