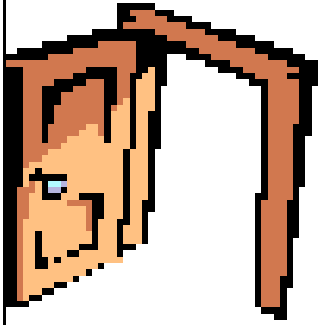


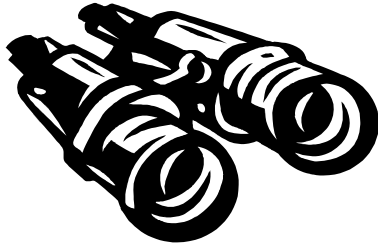
4 - 2010



Ontspannings Vereniging Catharina-ziekenhuis

**S
T
O
P
!
K
O
N
T
A
K
T**

Met **CATHARIJNERS** katern.



Evenementen kalender 2010

24 juli – 5 sept.	Zomervakantie
13 sept.	Salsa workshop
14 sept.	Start 36e Riktoernooi
24 sept.	Kienen
1 okt.	Open Country avond
8 okt.	Beierse avond
12 okt.	Rikken
15 okt.	Mossel / vis avond
22 okt.	Kienen
6 nov.	Speelgoedbeurs
9 nov.	Rikken
19 nov.	Kienen
26 nov.	Open Country avond
29 nov.	Sieradenparty
4 dec.	Sinterklaasmiddag
10 dec.	Kerstkienen
14 dec.	Rikken
17 dec.	Country Gouwe Ouwe
24 dec. – 2 jan.	Kerstvakantie

Terugkerende activiteiten:

Badmintonclub:	vrijdagavond vanaf 19.30 uur
Biljartclub:	maandagavond vanaf 19.00 uur
Computerclub:	maandagavond vanaf 19.00 uur
Countrylinedancing:	donderdagavond vanaf 20.00 uur
Kienen:	zie agenda
Motorclub:	regelmatig toertochten en weekenden.
Rikken:	2 ^{de} dinsdag van de maand in de wintermaanden
Salsa dansen:	op de maandagavond van 19.00 tot 20.00 vanaf 13 september
Schietclub:	maandagavond vanaf 19.00 uur
Spaanse les:	dinsdag, woensdag en donderdagavond.
Voetbalclub:	van april tot oktober, zomeravondcompetitie op wisselende dagen
Zumba:	donderdag van 19.00 tot 20.00 uur



Van de voorzitter

Beste lezers,

Met de achterliggende agenda en de verdere voornemens denken wij weer een ruim aanbod van activiteiten voor de komende wintermaanden te presenteren.

En u weet, is er iets niet bij wat u graag eens zou willen, kom er eens over praten.

Kijk ook af en toe eens op onze site onder het kopje "actueelnieuws" om te zien of er iets georganiseerd wordt wat niet kon wachten op een volgende uitgave van dit blad, iets wat we overigens ook kenbaar maken door middel van een flyer in huis.

Zo zullen er eind oktober en begin november enige pasavonden zijn van Fitflop schoenen, die wij onze leden kunnen aanbieden met een **korting van 25%**

Voor documentatie hierover zie onze website onder "actueelnieuws".

Om niet afhankelijk te zijn van de openingstijden van de Kontaktdoos kunt u vanaf heden voor toegangskaartjes van o.a. Plopsaland, dierenpark de Vleut, Verfland kortingspas e.d. terecht bij Steffie van Heck op de afdeling HRM in gebouw K.

Ook kan Steffie de agenda van de Kontaktdoos inzien als u iets wilt plannen, maar boeken is alleen mogelijk bij Dineke in de Kontaktdoos of telefonisch op de openingstijden.

De badminton kan nog steeds wat leden gebruiken, kijk eens of het iets voor u is! In ieder geval een goed begin van het weekend.

Wij wensen u alvast een ontspannende herfst.



Een kijkje in de Kontaktdoos tijdens een mossel / visavond.



Beiers bierfeest

Op vrijdag 8 oktober a.s. houden wij wegens het succes van de voorgaande jaren weer een Beierse avond in de tot Bierstube verbouwde Kontaktdoos.

Gehele avond **LIVE** optreden met "Duitse schlagers".

Het bier wordt deze avond getapt in de bekende bierpullen.

Voor slechts 12,50 euro, te voldoen bij binnenkomst, kunt u de gehele avond uw pul laten vullen.

Uiteraard zijn wijn en limonades ook verkrijgbaar tegen dezelfde condities.

Bent u een mix drinker, dan betaald u per consumptie 1 euro bij.

Tevens kunt u gratis gebruikmaken van de op tafel staande en rondgaande versnaperingen.

Aanvang: 20.00 uur

Inschrijving gewenst met onderstaande bon.

Ja, ik kom 8 oktober naar het Beiers bierfeest in de Kontaktdoos en betaal bij binnenkomst € 12,50 p/p.

Naam: Afd.:

Ik breng introducees mee.

Handtekening,

Inzenden voor 1 oktober aan O.V.C.



KORTING BIJ VERFLAND

Verfland staat voor vakkundig & voordelig in verf, wanddecoratie, schildersgereedschappen, kleur- en technisch advies (ook aan huis).

Vestiging Eindhoven :

Turnhoutlaan 13 (industrieterrein de Tempel) hoofdingang Grobbendonkstraat 30
5628 RJ Eindhoven tel 040-244 87 96.

Openingstijden: ma-vr. 8.30u-17.30u za.9.00u- 17.00u

Op vertoon van de Catharina ziekenhuis - voordeelpas ontvangt u tot 25% korting op het assortiment van verf, behang en schildersgereedschappen. Meer info op www.verfland.nl

Aktie tijdens de zomermaanden 2010

Tot en met 31/12/2010 ontvangt u op vertoon van deze tekst bij aankoop vanaf € 50 (incl.btw) 1Liter Verfland ontvetter **GRATIS**.

Alleen voor leden van de Ontspannings Vereniging Catharina-ziekenhuis.



22 – 26 juni 2011

Ja, het lijkt nog ver weg, maar wij moeten voor 31 december ingeschreven hebben om mee te kunnen doen.

Onze penningmeester is in zijn functie als vice-voorzitter van de NBF samen met een collega-bestuurslid in juni op werkbezoek geweest om de zaken te bekijken en wij zijn blij verrast.

De sportaccommodaties zijn van een hoog niveau en voor het transport zal gebruik worden gemaakt van het uitstekende openbaar vervoer in Hamburg, bestaande uit Metro, S-bahn en bussen, die met een hoge frequentie rijden. Alle accommodaties liggen binnen 200 meter van een halte.

Over de aangeboden logies mogelijkheden in het bulletin zijn we minder te spreken, want dit hebben ze uitbesteed en is nogal duur en vaag.

Het NBF bestuur is druk doende hier met andere dan de aangeboden hotels afspraken over te maken, zodat we deze trip toch kunnen maken voor een totaalprijs van rond de € 360,00 euro en met alle Nederlandse deelnemers in één hotel kunnen verblijven.

Zoals het er nu voorstaat zullen de deelnemers van het Catharina-ziekenhuis de reis naar Hamburg per trein maken.

Belangstellenden voor dit sportevenement, waar we al sinds 1993 om de twee jaar aan mee doen, dienen zich dus voor 31 december a.s. op te geven bij Willem Baars of via mail aan ovc@iae.nl onder vermelding van tak van sport.

Deelnemers kunnen de bijdrage in 5 maandelijkse termijnen vanaf januari laten inhouden op het salaris.

Dus sporters of supporters wij horen van jullie.

Uitgebreide informatie vindt je op www.ecsghamburg2011.de alwaar het volledige bulletin is te lezen en te downloaden.



Mossel of vis avond.

Op 15 oktober a.s. wordt de Kontaktdoos weer omgetoverd tot restaurant alwaar u kunt genieten van een mossel of visdiner.

Helaas hebben wij de prijs voor de mosselen iets moeten verhogen, maar de voorgeschotelde 30% uit de media doen wij niet, voor € 17,50 kunt u uitgebreid mosselen en nog steeds voor € 15,00 vis eten met frites of stokbrood, inclusief soep vooraf en toetje toe en het eerste drankje bij uw diner is van ons.

Inschrijven kan tot 5 oktober, maar wees er snel bij want het aantal beschikbare plaatsen is beperkt tot zo'n 80 personen.

Gebruik het formulier achter in dit blad.



Rikken

Met de R in de maand is ook het rikseizoen weer geopend.

Elke 2^e dinsdag van de maand kan er weer gerikt worden.

U moet 6x geweest zijn om in de eindprijzen te vallen, maar ook de dagprijzen zijn niet te versmaden. Voor leden gratis, introducés 1 euro.



Sieradenparty

29 november is het weer zover, een heuse sieradenparty, waar u tegen weinig geld zich voor de feestdagen een elegant collier aan kunt schaffen.



Country Line dansen

Op 1 oktober onze eerste Open Countryavond van dit seizoen.



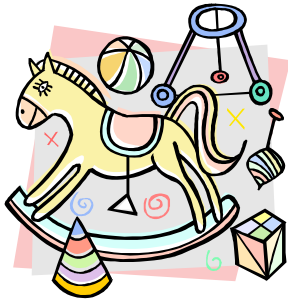
Sinterklaasmiddag.

Op zaterdag 4 december verzorgen wij weer de Sinterklaasmiddag voor uw kinderen in de leeftijd tot en met 8 jaar in de wintertuin van het ziekenhuis.

Tijdens een voor kinderen aangepast toneelstukje wordt de Sint binnengepraat en ontvangen alle kinderen een Sinterklaaskado en versnapering.

De middag duurt van 13 tot 15 uur.

Middels het inschrijfformulier achter in dit blad kunt u uw kinderen aanmelden voor deze middag. **Let op de inschrijving sluit op 1 november**, daarna worden om organisatorische redenen geen aanvragen meer geaccepteerd.



Speelgoedbeurs.

Zaterdag 6 november organiseren wij weer onze jaarlijkse speelgoedbeurs in de Kontaktdoos.

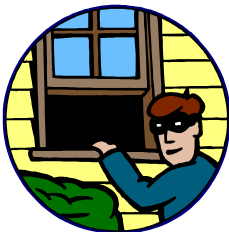
U kunt hier max. 2 tafels huren tegen de prijs van € 5,00 per tafel (2 voor € 8,00) en uw overvloedige speelgoed aan de man brengen.

Alle speelgoed, kinderfietsjes, buggy's, kinderwagens, boxen etc. is toegestaan, maar **GEEN** kleding.

De beurs is voor het publiek geopend van 10.00 tot 13.00 uur.

U wordt verzocht voor 09.30 aanwezig te zijn.

Inschrijvingen via de bon in dit blad voor 25 oktober a.s.



Inbraak in de Kontaktdoos.

Dankzij de oplettendheid van een, tot nog toe voor ons onbekende verpleegkundige, die tijdig de beveiliging waarschuwde dat er mensen rond de Kontaktdoos aan het scharrelen waren, kon in de nacht van 9 op 10 augustus een stel opgepakt worden.

Zij hadden twee ruiten ingegooid en drank, een plaid en een kussen bij zich, afkomstig uit de Kontaktdoos. De politie kon er wel weg mee en wij hebben onze spullen terug, nou ja wel wat minder drank natuurlijk.
Dank aan deze oplettende collega!!!



36e O.V.C. – RIKTOERNOOI 2010 – 2011

In 1974 is de OVC begonnen met de organisatie van een riktoernooi.
De naam "Hartentroef-zaal" in de Kontaktdoos dateert nog uit die tijd.

In september a.s. is de start van weer een nieuw toernooi. Het 36e inmiddels !!!

Het OVC - riktoernooi kenmerkt zich door :

- a) de entourage (een gezellig aangeklede Kontaktdoos).
- b) de grote belangstelling (gemiddeld 40 deelnemers).
- c) de gezelligheid (er wordt vaak en veel gelachen).
- d) de mooie prijzen (door het OVC – bestuur beschikbaar gesteld).
- e) de lage inschrijfkosten (€ 1.=). OVC – leden betalen géén inschrijfgeld.

Er worden acht wedstrijden gespeeld, van september t/m april, telkens op de tweede dinsdag van de maand.

Men moet minimaal aan zes wedstrijden deelnemen om in aanmerking te komen voor het eindklassement. Men mag dus twee avonden missen.

Naast de 6 à 7 mooie dagprijzen stelt het OVC – bestuur nog eens 10 prachtige prijzen beschikbaar voor het eindklassement.

Het toernooi is toegankelijk voor OVC – leden en alle medewerkers van het Catharina – ziekenhuis.

Maar ook familieleden, vrienden, burens en/of kennissen zijn van harte welkom.

De data waarop de eerste helft van het toernooi gespeeld wordt zijn :

14 – 09 – 2010

12 – 10 – 2010

09 – 11 – 2010

14 – 12 – 2010.

Aanvang 20.00 uur in de "Kontaktdoos "

N.B.

De redactie van "Cathascoop" wordt hierbij van harte uitgenodigd om ons op één van bovengenoemde data met een bezoek te vereren.



Babbel - borrel - avond 16 juli 2010.

Vóórdat de Kontakdoos de deuren sluit voor de grote vakantie wordt traditiegetrouw het seizoen afgesloten met een overheerlijke barbecue.

Ook dit jaar hebben de weergoden ons niet in de steek gelaten.

Nou ja, twee kleine buitjes waren er, maar die mochten de pret niet drukken.

Het buitenterras is desondanks de hele avond goed bezet gebleven.

De OVC heeft kosten noch moeite bespaard om het de deelnemers (ruim 90 ditmaal) optimaal naar de zin te maken.

Ga maar na.....

Een gezellig aangekleed terras. Gezellig achtergrondmuziekje.

Twee feestelijk verlichte tenten. Daaronder twee levensgrote barbecues en een grote tafel volgeladen met filetlapjes, Argentijnse biefspiesjes, shaslicks en spareribs.

De deelnemers ontvingen ieder een bonboekje.

Tegen inlevering van een bonnetje kon men het gewenste stukje vlees afhalen bij braadmeester Pé en braadmeesteres Henry.

De biefspiesjes waren verrukkkulllluk. De sparerib was niet zómaar een botje om af te kluiven, néé.....dat was een vuistgrote brok botermals vlees waarin érgens een botje te vinden was. Om je vingers bij op te eten. Daarmee doen we niets te kort aan de shaslicks en de filetlapjes, want ook die waren mals en erg lekker.

Binnen, in de Kontaktdoos, werd deze barbecue gecompleteerd met allerlei salades en sauzen, fruit, kruidenboter en stokbrood. Te veel om op te noemen.

Tot slot ontving iedereen nog een lekker ijs – met – slagroom – toetje.

De OVC – bestuursleden Henry, Louise en Steffie verleenden hand en spandiensten, terwijl Dineke, Jacqueline en Margaretha er achter de bar voor zorgden dat het genuttigde “soepeltjes” weggewerkt kon worden.

Tot laat in de avond werd door velen nog gezellig nagebabbeld en nageborreld.

Het seizoen 2009 – 2010 is op bijzonder geslaagde wijze afgesloten met deze heerlijke BABEL – BORREL – BARBECUE – AVOND.

Namens alle deelnemers een welgemeend dank u wel aan het OVC-bestuur en allen die er voor gezorgd hebben dat deze heerlijke avond zo'n heerlijke avond was.

Een babbel – borrelaar.



Inschrijfformulier Mossel – Visavond 15/10/2010

Ondergetekende: Pers. nr.:

Schrijft zich in met personen voor de deze avond.

Hij/zij wenst met pers. deel te nemen aan het mosseldiner en met pers. aan de vis.

Ik betaal ter plekke op de avond / graag inhouden van mijn salaris.
(doorhalen wat niet van toepassing)

Handtekening:

Inzenden voor 5 oktober!!!!



Sinterklaasmiddag

Ondergetekende: Pers. nr. :

Schrijft onderstaande kind(eren) in voor het Sinterklaasfeest op 4 december a.s.

Naam:	Voornaam:	j/m	Geb. datum:
.....-.....-.....
.....-.....-.....
.....-.....-.....
.....-.....-.....

Handtekening:

Inzenden voor 1 november 2010 !!!!

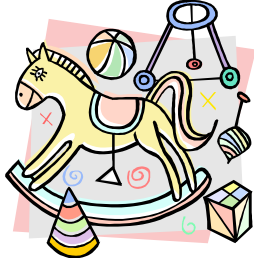
Nog even erop uit in september of oktober of november?

Voor het Dolfinarium, Plopsaland de Panne, Hasselt en Coö zijn nog voldoende kaarten voorradig, let op de sluitingsdatum van deze parken. Zie hiervoor hun website.

Nieuw in ons assortiment zijn toegangskaarten van BESTZOO in Best voor € 6 i.p.v. € 11 p.p. en het

Kijk eens op www.bestzoo.nl wat daar allemaal valt te beleven.

Tankcards kunnen nog steeds aangevraagd worden via ovc@iae.nl
9 cent korting op de landelijke prijs is toch niet te versmaden ?
Kijk op de website voor meer info.



Inschrijfformulier Speelgoedbeurs

Ondergetekende:Afd.:

Pers. nr.: wil graag tafel(s) reserveren voor zaterdag 6 november a.s.

U ontvangt een deelnamebevestiging op 22 oktober.

Handtekening:

Inzenden voor 20 oktober !!!

EVENEMENTENKALENDER CATHARIJNERS

4/2010/2011

- 3 september Dagtocht naar WERELDHAVENDAGEN in de haven van Rotterdam.
(Van Spijkenisse via Oude Maas, Vlaardingen, Nieuwe Maas, Pernis, Eemhaven, Schiedam, Waalhaven, Maashaven s.s. Rotterdam, Rijnhaven etc. tot Brienoordbrug en weer terug naar Spijkenisse).
- 28 september Contactmiddag/beamer-presentatie dagtocht wereldhavendagen van 3 september j.l. met gezellig samen zijn onder het genot van een gratis kopje koffie of thee + nostalgie: uitzoeken en thuisbrengen van oude en zeer oude foto's. (In het verleden gemaakt in het Catharina-Ziekenhuis). ...en wie zijn al die (oud)-collega's!!!!
- 26 oktober Contactmiddag met gezellig samen zijn onder het genot van een gratis kopje koffie of thee met eventueel vervolg van onze nostalgie op voorgaande contactmiddag van 28 september j.l.
- 30 november Lezing/presentatie over het tegengaan van kindermishandeling door vrijwilliger Frank Thunnissen van de organisatie "NO KIDDING".
Zo'n 350.000 kinderen per jaar gaan hieronder gebukt!
Zaken die worden behandeld via: inleiding-dvd vertoning-nabespreking.
Wat is kindermishandeling? Hoe en wanneer komt het voor? Wat zijn de gevolgen voor het kind en de maatschappij? Hoe is kindermishandeling te herkennen?
Wat kun je als volwassene doen?
- Het is geen lichtvoetig onderwerp, maar inziens erg belangrijk om hier aandacht Aan te besteden. GEEN LIEFDADIGHEID MAAR VERANTWOORDELIJKHEID!!!!
- 28 december Geen contactmiddag i.v.m. kerstmis

11-1-11

11 januari 2011 Gepensioneerdendiner in het ziekenhuis.

DIT ALLES IN HET O.V.C.-GEBOUW "DE KONTAKTDOOS" VAN 13.30 UUR – 15.30 UUR.

11-1-11 HET GROTE JAARLIJKSE DINER

(11 januari 2011)

In onze vorige uitgave van dit blad maakte wij al bekend dat HET GROTE JAARLIJKSE DINER voor **ALLE** Gepensioneerden weer gewoon (zoals altijd) in het ziekenhuis plaats zal vinden!! De Catharijners-Commissie is al volop bezig om te proberen deze grote bijeenkomst weer tot een succes te maken. Alle gepensioneerden, incl. de Catharijners, zullen hiervoor schriftelijk worden uitgenodigd.

NOTEER DE DATUM ALVAST IN UW AGENDA.

(o ja, de mensen die zich voor het afgelopen diner op 12 januari j.l. hadden ingeschreven en zonder bericht niet kwamen opdagen, zijn schriftelijk benaderd met de mededeling dat door hun afwezigheid de Catharijners-Commissie een strop had van enkele honderden euro's!!!! i.v.m. reserveren/gemaakte kosten.

DUS GRAAG ALTIJD DOORGEVEN ALS U NIET AANWEZIG KUNT ZIJN!!!!!!!!!!!!

WIST U DAT

- Een gemiddelde Nederlander 21 km per jaar loopt met een stofzuiger
- Met 20 minuten schoonmaken je gemoedstoestand flink vooruit gaat.
- Afvallen: ½ uur stofzuigen : 175 cal.
 - ½ uur ramen lappen: 120 cal. (Net zoveel als één plakje cake)
 - Badkamer schrobben: 400 kcal. (Pondjes vliegen eraf)
 - 1 uur overhemden strijken: 140 cal.
- In 1986 Willem Ruis (sterrenshow) stierf.
- Op 17 juli 1951 Wim van Est als 1 ste gele truidager viel in een ravijn van 70 meter diep. (ZIJN HART STOND STIL, MAAR ZIJN PONTIAC LIEP, werd een bekende reclamespreuk.
- Snip en snap (Willy Walden en Piet Muijselaar) 112 maanden in Carré stonden.
- Elk jaar 70.000 kinderen te maken krijgen met ouders die uit elkaar gaan.
- 74% geloofd in leven na de dood.
- 51% zich nergens zorgen over maakt tijdens vakantie.
- 38% zegt wel eens een wonder te hebben meegemaakt.
- In 1947 Willem Drees tijdelijk een noodwet ouderdomsvoorzieningen invoert.
- In 1957 de AOW geïntroduceerd werd door Minister J.G. Suurhof.
- België in Tilburg cellen huurt voor 500 gedetineerden.
Per jaar kosten 30 miljoen euro tot/met 2012.
- Er 300.000 werknemers thuis zijn als gevolg van: stress, burn-out of andere klachten van psychische aard.
- 25% van de dagelijkse zoutinname uit brood komt.
- 30% van de vrouwen chagrijnig is als haar haar niet goed zit.
- Overgewicht de samenleving 3,2 miljard euro kost.
- 57% van de Nederlanders 2x daags de tanden poetst.
- We gemiddeld 10.000 stappen per dag lopen.
- Een koe in 1981 131 cm groot was en in 2009 145 cm.
- 36 miljoen Amerikanen (=12% van de bevolking) gebruik maken van voedselbonnen.
- Eindhoven 90.000 huizen/appartementen heeft.
- Eindhoven 40.000 vrijwilligers en 1600 vrijwilligers organisaties heeft.
- Er in Nederland in 1959 15 uur televisie was.
- Er in Nederland 16 miljoen mensen zijn en 120 miljoen vee.
- Er in 1986 3 miljoen liter geitenmelk geproduceerd werd. Nu 190 miljoen. (kwart in Brabant)
- 3,5 miljoen Nederlanders last hebben van aambeien.
- Er 1,3 miljoen patiënten jaarlijks opgenomen worden in ziekenhuizen, waarvan 30.000 geconfronteerd met "onbedoelde schade". (Rapport Nederlandse Ziekenhuizen)
- Er jaarlijks 36000 vrouwen depressief worden na bevalling.
- Vrouwen echt meer gevoel hebben voor het fijne werk. (Hebben kleinere handen)
- Het hoogste gebouw in de wereld is: BURJ KHALIFA in Dubai met 828 m. 54 liften en er er kunnen 12000 mensen wonen. Woningen te koop met 1 slaapkamer voor 1 milj. Euro.
- Wie overspannen is, het liefst heel de dag in bed kruipt.
- 60% van de verpleegkundigen aan geeft dat er op hun afd. patiënten liggen die daar niet thuis horen. (Bron: Gezondgids)
- Het totale vermogen van 50+ 867,2 miljard euro is. Dat is gemiddeld per huishouden 242.000 euro. (De 50- gemiddeld 94.000 euro)
- Er in Nederland 700.000 mensen kleurenblind zijn.
- Er in Nederland zo'n 31 miljoen kg drop per jaar gesnoept wordt.
(Dat zijn meer dan 2000 vrachtwagens met 15000 drop erin)

PENSIOENEN WÉÉR IN HET NIEUWS!!!!!!!!!!!!

Toen ik op 17 augustus j.l. 's-avonds bezig was met de tekst voor deze "catharijners- katern 4-2010/20, hoorde ik op tv plots bij het journaal van 20.00 uur de aankondiging van: **PENSIOENUITKERINGEN MOETEN OMLAAG MET 1 T/M 17%**. Maar we ontkomen er niet aan, zei Piet Hein Donner (Soc.Zaken) met een uitgestreken gezicht!!! Het gaat echt ontzettend slecht. De DNB (De Nederlandse Bank) gaat snel praten met de betreffende fondsen. Bij twee, welke zijn nog onbekend zei hij, worden alle mogelijkheden nog eens grondig onderzocht om het laatste redmiddel van korten af te wenden. Formeel beslist het bestuur van een fonds over dergelijke ingrepen. **(Hoezo, waardevast pensioen!!!!)** Dit alles zal in januari a.s. bekend **moeten** zijn. Hoe dit alles verder zal verlopen weet ik niet, maar **IK** vind, als de overheid in het verleden de banken met miljarden bij kon staan, dan kunnen (moeten) ze dat zeker ook voor de gepensioneerden doen!!!! Dat nu de ouderen worden gepakt, terwijl de verantwoordelijken baden in het geld. Want, om het met de woorden van Jos Kessels te zeggen; " Oorzaak van de crisis zijn niet de werknemers of gepensioneerden, maar de bankiers en topmannen van bedrijven. Die hebben zich schaamteloos verrijkt en de risico's en consequenties van hun handelen bij anderen gelegd. Toen hun wanbeleid zich aan het duister onttrok pakten ze snel hun boeltje, om met hun miljoenen een zorgeloos leventje te gaan leiden. Een Rijkman Groenink zit nu met 26 miljoen aan iedereen het beste te wensen". Wie moet alles weer overeind helpen? Wij natuurlijk, de gewone mensen. De dekkingsgraad van pensioenfondsen **zorg en welzijn is tot 100% gedaald**, zo geeft directeur Peter Borgdorff aan. Met ruim 90 miljard euro is het pensioenfonds het tweede fonds van Nederland na het ABP. Eind april meldde het fonds nog een dekkingsgraad van 107%. De dekkingsgraad = de bezittingen :pensioenen nu en later. Stel U moet 100 euro betalen en U heeft 125 euro, dan is Uw dekkingsgraad 125%. Heeft U maar 90 euro, dan is uw dekkingsgraad 90%. De verplichte minimale dekkingsgraad is voor ieder fonds 105%. Pensioenfondsen zorg en welzijn wil een dekkingsgraad hebben van **130% !!!!!!!**

**Wilt U dit alles blijven volgen kijk dan: www.pfzw.nl/dekkingsgraad
www.pfzw.nl/herstelplan**

RUST IN HET KLOOSTER

Bezinnen in het klooster zonder Spartaanse toestanden kan tegenwoordig in de kloosterhotels in Nederland en België. De kloosters ademen nog een sfeer van rust, met de dikke muren en de authentieke kloostertuinen. Maar de voormalige kamers van de nonnen en monniken hebben plaatsgemaakt voor luxe verblijven met boxsprings, draadloos internet, flatscreens en royale badkamers. Vanaf 30 euro p.p.
(www.romantischcadeau.nl/kloostervernachtingen.html)

UW EIGEN ONLINE FOTOALBUM.

Wilt U familie of vrienden laten meegenieten van uw foto's? Er zijn verschillende websites met gratis webalbums, waarop u zo'n 1000 tot 2000 foto's kunt laten zien. Uit een vergelijking van SeniorWeb kwam Picasa als beste uit de test, dankzij het gebruikersgemak, de vormgeving en de mogelijkheden. Kijk op: <http://picasa.google.nl>

OUDE NUMMERS VAN NEDERLANDSTALIGE 78-TOERENPLATEN.

Onder andere van Willy Derby, Johnny Jordaan, De Ramblers Louis Davids etc. De lijst met muzieknummers staat onder de knop 'muziek' en wordt steeds aangevuld. Alle nummers zijn gratis te downloaden. Hoe U dat doet, leest U onder de knop 'V.G.V.' De gastheer legt ook van alles uit over 78-toerenopnames en de geschiedenis van de grammofoon.

Kijk op deze favoriete website: www.78toeren.nl

DE ERFENIS, ZO ZIT HET

Volgens het huidige erfrecht krijgt de langstlevende van een echtpaar de beschikking over de hele erfenis. De kinderen krijgen nog niets in handen, ze houden hun erfdeel tegoed. Pas na het overlijden van beide ouders is de volledige nalatenschap voor hen. Dit is zoals de meeste paren het willen, en daarom is het zo in de wet vastgelegd.

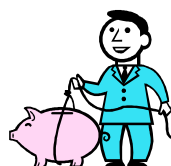
Door de sinds 1 januari 2010 ingevoerde aanpassing van de successiewet, verandert de belasting die U over erfenissen en schenkingen gaat betalen. De manier van belasten is nu gelukkig eenvoudiger omdat er nog maar twee groepen zijn:

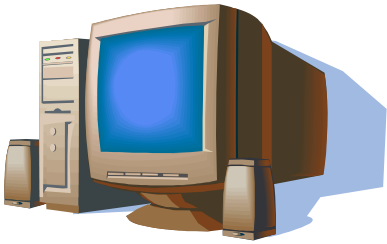
de eigen kinderen en alle anderen. Boven de vrijstelling (5000 euro voor kinderen) betalen kinderen over de eerste 118.000 euro 10% schenkingsrecht. Over de rest heft de fiscus 20%. Alle anderen betalen boven de vrijstelling (2000 euro) over de eerste 118.000 euro 30% en over het meerdere 40%. Is een kind tussen de 18 en 35 jaar? Dan mogen ouders hun kind één keer 24.000 belastingvrij schenken. Deze vrijstelling kan zelfs oplopen tot 50.000 euro als het kind het geld gebruikt voor de aanschaf van een eigen woning of een buitengewoon dure studie. Kijk op: www.plusonline.nl/notaris Daar vindt U filpjes van de notaris die antwoord geeft op praktische vragen.

(Geen partner en geen kinderen? Dan gaat de nalatenschap naar broers, zussen en ouders, of – als broers en zussen zijn overleden – naar neefjes en nichtjes. Deze erfgenamen betalen ook in 2010 een veel hoger tarief aan successierechten dan eigen kinderen. Wilt U dat voorkomen, dan kunt U per testament een goed doel benoemen)

AOW-TOESLAG VOOR PARTNERS GAAT VERDWIJNEN

Nu ontvangt een niet-werkende partner van een AOW-er een toeslag van ruim 600 euro per maand, excl. Vak.geld. De AOW-ontvanger krijgt deze toeslag bovenop zijn eigen AOW van eveneens zo'n 600 euro netto. Samen krijgt het stel dus ongeveer 12.000 euro, afgezien van een evt aanvullend pensioen van een pensioenfonds. Dit jaar krijgen zo'n 180.000 AOW-ontvangers een toeslag voor hun jongere partner. In 2015 vervalt de AOW-toeslag voor zogeheten 'nieuwe gevallen'. Wie 65 wordt in of na 2015, krijgt dus alleen nog zijn eigen AOW. Voor een niet-werkende jongere partner bestaat dan geen toeslag meer. Ongeveer 68.000 nieuwe AOW-ers zijn in 2015 de dupe van deze maatregel.





PC workshops?!

Bij voldoende belangstelling willen wij in oktober wel weer starten met wat workshops.

Bij doorgang worden ze gegeven op de woensdagmiddag van 14 tot 16 uur.

De kosten bedragen € 2,50 per middag.

Als u belangstelling heeft stuur dan onderstaande strook retour.

Bij voldoende belangstelling krijgt u bericht over de juiste data van de workshops.

We duidelijk aankruisen waar uw interesse naar uit gaat.

Inschrijfformulier PC workshops 2010 / 2011

Ondergetekende:

Adres: Postcode: Plaats:

Wil deelnemen aan de workshop over:

- Windows
- Word
- Excel
- Fotobewerking
- Surfen en e-mailen
- Videobewerking
- anders n.l.:

.....

Mijn tocht naar Santiago de Compostella.

Bij het naderbij komen van de vertrekdatum begon het steeds meer te kriebelen. Had ik niet te veel bagage bij me of andersom miste ik niet een aantal zaken? Wat moest er nog bij, wat zou ik tekort komen en wat zou ik thuis kunnen laten om gewicht te kunnen besparen. En hoe zou het onderweg gaan, iedere avond een slaappleats zoeken, zou ik voldoende macht in mijn benen hebben om lange beklimmingen aan te kunnen, had ik met 680 km voldoende getraind? Op al deze vragen zou een antwoord komen door ondervinding.

Zaterdag 24 april om negen uur 's morgens werd ik uitgezwaaid door de familie en vrienden. Het ging er van komen. Het ongewisse tegemoet. Ik ben nog tot de Belgische



grens begeleid door een kennis die de tocht vorig jaar heeft gereden.

Het begon met prima weer, wind in de rug en een lekker zonnetje op weg naar Mechelen voor de eerste honderd km. Het blijkt dan toch een kwestie van instelling. Naarmate de dagen vorderden en ik iedere dag mijn afstand aflegde ging het fietsen prima en iedere dag dat ik fiets heb ik natuurlijk ook mijn training. Onderweg

heb je dan van die momenten die een niet te vergeten indruk achterlaten. Zoals het moment dat je ergens aanbelt om na te vragen waar de gîte d'etape (slaappleats) volgens mijn gegevens was en je wordt dan uitgenodigd om ter plekke te blijven slapen en meteen mee kunt eten, biefstuk met aardappelkroketjes en erwten en wortelen. Je hebt dan niet het gevoel dat je met een pelgrimstocht bezig bent. Of het moment dat je vlakbij Parijs de Seine oversteekt en het moment dat je na 16 km klimmen de 1^{ste} Pyreneeën helling hebt bedwongen en met applaus van vier Spanjaarden op de top wordt ontvangen. In Frankrijk sliep ik meestal in een gîte d'etape of chambre d'hote maar ook heb ik het genoeg gehad om in een seminarie te slapen waar de nonnen de scepter zwaaide en daarbij een warme maaltijd en ontbijt leverden. Maar de meest bewogen slaappleats was in een psychiatrische inrichting waar zes cellen van twee en een halve meter in het vierkant ter beschikking stonden van de Santiago Pelgrims. Behalve een bed stond er een klein tafeltje en een stoel. Daarbij moest de fiets ook nog naar binnen want als ik hem buiten zou laten staan was er de kans dat hij 's morgens gesloopt was. Hij paste precies achter het bed. Ook voor eten en drinken was gezorgd.



Die wind in de rug heb ik alleen de eerste dag gehad, daarna was het alleen tegen. Dat is niet erg als het maar windkracht twee of drie is maar er waren dagen bij dat het opliep tot vijf á zes en dan is het behoorlijk trappen op de Spaanse hoogvlakte. Daarbij ging vanaf half Frankrijk de temperatuur omlaag en die is laag gebleven tot de laatste vier fietsdagen in Spanje.

Twee dagen voordat ik zelf vanaf St. Jean-Pied-de-Port de Pyreneeën in ging was de weg nog versperd door de sneeuw. Weliswaar heb ik tijdens de tocht niet veel regen

gehad maar de kou heeft me af en toe wel dwars gezeten, want als het daarbij dan ook nog eens regent krijg je de situatie dat je uiteindelijk in een refugio met tintelende vingers onder de douche staat, ze even na telt of je ze nog allemaal hebt en vervolgens weer warm probeer te worden. Alleen de laatste dagen voor Santiago had ik de wind weer in de rug en liep de temperatuur op naar 30 graden. Dat was weer het andere uiterste. Het slapen in een refugio is trouwens ook een beleving op zich. Met wat geluk lig je maar met z'n tweeën op een kamer maar het kan ook met tachtig tot honderd



personen zijn op een zaal waar dan wel wat halfhoge scheidingswandjes tussen zitten. Dan kom je er ook achter dat er veel snurkers op deze wereld rondlopen.

Van te voren was ik er van uitgegaan dat ik ongeveer vijf en dertig dagen ofwel vijf weken nodig zou hebben om de vijf en twintig honderd kilometer van Eindhoven naar Santiago te overbruggen. Ondanks alle documentatie en wat ik op internet heb gelezen weet je eigenlijk niet hoe zo'n tocht zal verlopen en al helemaal niet waar je eigenlijk aan begint. Je kunt het alleen maar ondervinden. Ik was dus niet de enige die hogelijk verbaasd was dat ik de tocht in zeven en twintig dagen wist te volbrengen. Het was dan ook een emotioneel moment toen ik op donderdag 20 mei om kwart over elf het Plaza de Obradoiro, het plein voor de kathedraal van

Santiago op reed. Ik was daar, waar ik al een aantal jaren van gedroomd had. Ik was bergen op gefietst die ik tot nu toe alleen met de auto op was gegaan. Ik heb onderweg

mensen ontmoet van over de hele wereld die net als ik maar een doel hadden. Niet alleen religieus maar ook grenzen verleggend. Terug naar jezelf en niet gestuurd worden door de wereld om je heen.

Het plein was druk bezet met pelgrims zowel te voet als met de fiets en met toeristen. Na het telefoontje naar huis dat ik was aangekomen ben ik gaan zoeken naar het kantoor waar ik na overlegging van mijn stempelkaart de Compostella, een document in het Latijn opgesteld dat je de tocht hebt volbracht, uitgereikt zou krijgen. Op de stempelkaart staan stempels van gemeentes, overnachtingplaatsen, toeristen bureaus of kerken zodat je kunt aantonen dat je daar geweest bent. Aangezien ik van te voren niet wist wanneer ik terug zou kunnen gaan naar huis was mijn volgende stap een



bezoek aan een reisbureau om te proberen om via Porto met Ryan air terug te kunnen vliegen naar Eindhoven. Een bezoek aan het toeristenbureau leverde mij ook een slaappleats op voor de laatste twee nachten.

Alles was nu geregeld en ik kon me overgeven aan een bezoek aan de kathedraal waar 's avonds om zes uur een hoogmis zou worden gecelebreerd. Hierbij is een van de hoogtepunten het zwaaien met het enorme wierookvat. Dit vat wordt door een aantal monniken hoog het gewelf van de kathedraal in geslingerd terwijl de wierook door de kerk dwarrelt. In vroeger tijden werd dit gedaan om de stank van de bezwete pelgrims enigszins te temperen. Voor mij was dit het moment om deze weken te overdenken en dankbaar te zijn over het goede verloop van deze pelgrimage.

De eindconclusie is wel dat ik iedereen de tocht kan aanraden. Het is een zeer bijzondere ervaring en een enerverend gebeuren waarbij je soms alles tot uit je tenen moet halen om de tocht te volbrengen maar het blijkt dat je veel meer aankan dan je van te voren kan inschatten.



Natuurlijk heb je tijdens de tocht ook wel dagen waarbij je denkt van, waar ben ik mee bezig en dan zijn de reacties van het thuisfront die ik steeds in mijn blog kon lezen van groot belang om je over de dooie punten heen te helpen. Ik

wil hierbij iedereen danken die deze tocht op enigerlei wijze heeft mee beleefd en gereageerd in mijn blog. Natuurlijk mag ik hierbij niet het thuisfront vergeten die mij hebben gesteund en deze tocht mede tot een onvergetelijke belevenis hebben gemaakt.

Gerard Strik