

de klup KRANT

www.deklupbarneveld.nl,
7e jaargang, mei/juni 2017, #3



Inleiding

Als ik een voorwoord schrijf voor de nieuwe Klupkrant blader ik door mijn agenda en komen er herinneringen boven van de afgelopen zaterdagen.

Op 11 maart was het NL-doet. Op die dag doen in heel Nederland veel mensen een dagje vrijwilligerswerk. 's Avonds op het journaal zie je stevast de koninklijke familie aan het schilderen,

bomen zagen en wat al niet meer. Dat is maar één zaterdag in het jaar. Je moet je bedenken dat er bij De Klup wekelijks vrijwilligers actief zijn! Altijd trouw aanwezig als ze kunnen en dat vaak al jaren. Is dat geen pluim waard? Die pluim kregen ze samen met jullie van Welzijn Barneveld. Een team van medewerkers verzorgden op 11 maart een High Tea en een gezellige Bingo. Tjonge, jonge wat een feest! Er stond zelfs een foto met verslag in de Barneveldse krant over dit spektakel. Met elkaar hebben we geweldig genoten. Daarom.....

Team van Welzijn Barneveld..... hartelijke dank

William Garrits nam op 25 maart afscheid van De Klup. Hij is een nieuwe uitdaging aangegaan en fietst nu elke zaterdag van Lunteren naar Voorthuizen om daar te gaan

| inhoud | |
|--------------------------------|-------|
| inleiding/jarigen/adressen | 1-2-3 |
| Arend schrijft | 4 |
| Harry schrijft | 5 |
| kook-eetklup recept | 6-7-8 |
| Jessica schrijft | 9 |
| uitnodigng truckfestein | 10 |
| wist je dat | 11 |
| werken als ervaringsdeskundige | 12 |
| agenda | 12 |

jarig in mei

| | |
|----|--------------------|
| 8 | Denise Waardenburg |
| 20 | Jenny van de Haar |
| 25 | Egi Mannee |

jarig in juni

| | |
|----|---------------------|
| 8 | Nel Bossenbroek |
| 9 | Aletta Kool |
| 13 | Gerrit Garrits |
| 15 | Wendy van den Broek |
| 18 | Rikje Bouw |
| 24 | Inhgeborg Amels |
| 29 | Ron van de Hoef |

jarig juli

| | |
|----|-----------------------|
| 12 | Gerjon Wijma |
| 14 | William Odding |
| 15 | Erik Jolink |
| 17 | Marrigje Heinen |
| 25 | Christien van Weelden |
| 28 | José van Druten |

jarig in augustus

| | |
|----|----------------------|
| 6 | Ronald Morren |
| 8 | Amer Shaljoub |
| 22 | Ineke van Veldhuizen |

van harte gefeliciteerd !



korfballen. Hoe sportief kun je zijn! William heeft zo na het voetballen en zwemmen, een derde sport opgepakt. Wij hebben vanaf dat hij op de basisschool zat

vervolg pagina 2



genoten van hem. William, je was een graag geziene Klup-bezoeker, maakte grapjes, was altijd opgewekt en plezierig in de groep. We gaan je echt missen, neem dat van mij aan! Gelukkig blijft Gerrit, de broer van William bij ons en horen we via hem of je een beetje goed scoort daar in Voorthuizen. Het ga je goed.

Op zaterdag 8 april zagen ze ons niet in het zwembad en niet in de Bron. Deze dag troffen we elkaar op de manege. Wat een feest, zeker voor de nieuwkomers. Trijnie liet zich heerlijk meevoeren op de rug van twee paarden op de huifkar. Evelinda was razend enthousiast toen ze in galop langs kwam stuiven in de bak. Angst om er af te kukelen had ze niet!

Dat is anders bij deelnemers die al jaren ervaring hebben. Het blijft een beetje spannend. Uiteraard staat er een team ervaren helpers paraat, dus veel kan er niet mis gaan. Een vast onderdeel van de

middag is de maaltijd: patat met een kroket, dat is altijd smullen geblazen! Je krijgt ook trek na zo'n heftige inspanning. Want ook het borstelen van de paarden wordt serieus aangepakt. Moe maar voldaan vertrokken we om half vier huiswaarts, met de opdracht uit te zoeken of het volgend jaar al 20 jaar geleden is dat de Rotary deze dag voor ons organiseert. Wie heeft hier het antwoord op???

Leden van De Rotary Barneveld.....hartelijk dank!

Er breekt een periode aan met een aantal vrije zaterdagen. Dus let goed op de agenda.

Op zaterdag 27 mei is het truckersfestijn en hebben we geen Klup. Op zaterdag 17 juni is het Klupuitje. Jullie worden om 14.00 uur bij de Bron verwacht. Probeer je Klup-shirt aan te trekken. Om ongeveer 19.30 uur hopen we weer terug te zijn bij De Bron.

Daarna hebben we nog één keer Klup voor de zomerstop. Het zwemmen loopt in mei en juni gewoon door.

Adressen

Voorzitter:
Gerard Jolink

vervoer coördinator:
Elly Lokhorst
0342474067 | 0648260184

Secretaresse:
Geke Tijssen

Penningmeester:
Arie van de Vliet
Contributie/ administratie:
'Stichting De Klup'
banknr.
NL46ABNA047 77 77 791

Coördinator:
Christien van Weelden
Barnseweg 34
3773 BC Barneveld
0342-400248 | 06-28468212
christien@vweelden.nl

'Ons Kluphuis':
Basisschool de Bron
Dr. Kuyperlaan 10
3771 CS Barneveld
06-43406765

Zwembad:
'Veluwehal'
Nieuwe markt 6
3771 AZ Barneveld
0342-413046

Creatieve soos:
Jenny van der Haar

Zwemmen:
Jessica de Kruijff

Klupkrant:
Dick van de Bunt
d-ck@kpnmail.nl

www.vrijetijdsportaal.nl

het bijbehorende foto-boek mee. Zo konden we al zien hoe mooi ze op de foto staan. Toch raad ik iedereen aan ze nog in het 'echt' te gaan bekijken in museum Nairac!

De creatieve hoek heeft het even zonder Nel en Anita moeten stellen. Nel is na een ingrijpende operatie weer helemaal terug van weg geweest! Ook Anita heeft een medische ingreep onder-

vervolg pagina 3



gaan en is weer van de partij. Willy, Ronald, Henriette, Herman, Samantha, en Miranda waren maar wát blij dat deze dames hun vaste plekkie weer innamen.

In de tussentijd heeft Ineke van Veldhuizen zich aangemeld als vrijwilliger en nam meteen de leiding van de creatieve activiteiten over. Ineke kan niet elke zaterdag komen, maar zo vaak als maar enigszins mogelijk is, komt ze. We zijn blij met haar.

Als Sannah een keer niet kan komen, wordt ze gemist aan de puzzeltafel. Zo hebben deelnemers en vrijwilligers vaak hun eigen groepje waar ze mee om gaan bij de verschillende activiteiten. Marrigje en Margriet bijvoorbeeld, zijn onafscheidelijk bij het sjoelen betrokken. Regelmatig komen Thomas en Amer ook een potje meespeelen. Dick is uiteraard de muziekvrijwilliger op de laatste zaterdag van de maand. Rikje en Daniel weten dan hun plekje snel in te nemen. Uiteraard vlak naast Dick, daar

komt niemand meer tussen!

Ron van de Hoef heeft toegezegd de laatste zaterdag van de maand te komen als vrijwilliger bij de zwemactiviteiten. Daarnaast mogen we hem ook blijven vragen om in te vallen. Wat een luxe; vier mannelijke topvrijwilligers bij het zwemmen! Het waterpoloteam wordt steeds fanatieker!

Als we vooruit kijken, dan staan er weer genoeg leuke dingen op het programma. Dat begint al op 11 maart. Het team van Welzijn Barneveld heeft ons uitgekozen een zaterdagmiddag mee te draaien in het kader van NL-doet. Uiteraard een verrassing wat er gaat gebeuren. Op 8 april hopen we weer een gezellige dag te hebben op de manege. Jaarlijks biedt Rotary Barneveld dit festijn aan. Daar wordt elk jaar door jullie naar uitgekeken. Al is het soms best een beetje eng op de rug van de pony.

In april hebben we twee vrije zaterdagen, noteer dat in je

agenda. Het is jammer als je voor niks bij de Veluwehal staat.

Ik wens jullie een zonnig voorjaar toe en veel lees en kijkplezier met deze krant,

Christien





Arend schrijft

Hallo allemaal

In mei legt elk vogeltje een ei. Behalve de koekoek en de griet, die leggen in de mei-maand niet. Om de vogels in mijn tuin een plezier te doen, heb ik niet zo lang geleden van mijn laatste zakcenten bij een plaatselijke supermarkt een aantal nestkastjes gekocht. Met mijn armen vol liep ik met wel vijf van die houten kastjes naar buiten. Bij mijn automobiel aangekomen hield een vriendelijke dame mij even tegen en vroeg mij voor welke vogels ik al die kastjes had gekocht. Ik keek haar wat verbaasd aan, legde de kastjes op het dak van mijn auto, pakte een verfrommeld papiertje uit mijn rechter binnenzak en zei "mevrouw, dat zal ik U eens haarfijn vertellen." Nadat ik het verfrommelde papiertje had glad gestreken, begon ik langzaam aan mijn uitleg." Het eerste kastje is voor de koolmees, het tweede voor de pimpelmees, het derde kastje voor de gesjeesde mees, het vierde kastje

voor de uitgehongerde mees en het vijfde (ik moest even nadenken) voor de gespikkelde mees." De vrouw keek me na deze opsomming met verbazing aan en ik zag aan haar gezicht, dat ze ontroerd raakte door mijn verhaal. Ze pinkte een traan weg, leegde haar neus in een kleurige zakdoek en stotterde, "U bent een echte vogelvriend, die vind je nog maar zelden op deze wereld." Ik keek wat verlegen om mij heen en pinkte ook een traan weg. Ze reikte mij haar zakdoek aan, maar bang voor het besmettingsgevaar wees ik met een resoluut gebaar deze vriendelijke geste af. Op dat moment vloog een tijlpende mees over mijn auto. Ik pakte onmiddellijk een van de nestkastjes, hield deze boven mijn hoofd en geloof het of niet het dartele vogeltje wurmde zich door het kleine ronde gaatje naar binnen. "Die zit gebeiteld" zei ik lachend. De vrouw was met stomheid geslagen. Ze keek om zich heen en vroeg toen "Welke mees was dit nou?" Ik liet het kastje tot ooghoogte zakken, gluurde door het ronde gaatje en zei. "Dit mevrouw, dit is de dakloze mees. Hij komt zojuist van de

voedselbank en is blij dat hij onderdak heeft gevonden." Vervolgens zette ik het kastje met de dakloze mees op de stoel naast de bestuurdersplaats, startte mijn auto en reed al toeterend van het parkeerterrein weg. De vrouw zwaaide nog even en verdween toen hoofdschuddend richting de supermarkt.

Tot de volgende keer
Arend

Klupuitje 2017

Op 17 juni gaan we een (mid)dagje uit. Jullie worden om 14.00 uur bij De Bron verwacht.

Om 19.30 uur hopen we weer terug te zijn bij De Bron.

Zoals elk jaar wordt de bijdrage van 15 euro per automatische incasso eenmalig geïnd.

Geef per mail snel door of je meegaat!





Harry schrijft

Hallo allemaal.

We gaan weer richting mei en juni en dat betekent dat we het Klup seizoen zo langzamerhand ook weer gaan af ronden want wellicht hebben jullie vast wel zin in het jaarlijkse Klup uitje.

Hier en daar wordt geschilderd, geknutseld, muziek gemaakt enz. En een frisse duik in het zwembad enz.

Goede vrijdag en Pasen liggen ook weer achter ons en ook het jaarlijkse paard rijden niet te vergeten.

De patat liet ons weer heerlijk smaken dus we hebben er volop van genoten.

En waar zou dit jaar het jaarlijkse Klup uitje heen gaan.... ?

Oei oei, nog even een verrassing maar Harry Hissink wil heel graag bij Leon Brinkhof op de lederen bank zitten van de Ford Transit bus van Ons Bedrijf.

Willen jullie dat regelen ?

Hartelijke groeten van Harry Hissink en veel lees plezier.



Waldorfsalade met druiven en kaas

4 personen 20 min



Ingrediënten



- 6 stengels bleekselderij
- 1 kleine appel
- 100 gram pitloze witte druiven (gehalveerd)
- 100 gram oude kaas (grof gehakt) of
- 100 gram blauwe kazen (grof gehakt)
- 20 gram hazelnoten (grof gehakt, licht geroosterd)

Voor de dressing



- 2 eetlepels zure room of
- 2 eetlepels crème fraîche
- 1 eetlepel mayonaise
- 2 theelepels grove mosterd
- 1 eetlepel citroensap of
- 2 theelepels limoensap

Bereiden

1. Schil de bleekselderij met een dunschiller om alle draden te verwijderen. Snijd de stengels in dunne plakjes.
2. Snijd de appel in zeer kleine blokjes. Meng de bleekselderij met de appel, de druiven, de kaas en de hazelnoten.
3. Klop de ingrediënten voor de dressing door elkaar en breng op smaak met zout en peper. Schep de dressing door de salade.

Bereidingstip

Lekker met donker brood.

Variatie

Neem walnoten in plaats van hazelnoten en vervang de druiven door rozijnen voor een meer klassieke waldorfsalade.

Aardappelgratin



Romig, zoutig, zalvig. Zelfgemaakt smaakt hij het best!

 4 personen  25 min. Bereiden, 1 uur oventijd

Ingrediënten



- 1 kg vastkokende aardappelen
- 4 tenen knoflook
- 250 g slagroom (bakje à 500 ml)
- 150 g geraspte oude Goudse kaas
- 30 g boter

Bereiden

1. Verwarm de oven voor op 200 °C. Schil de aardappelen en snijd in dunne plakjes. Vet de ovenschaal in met boter en bedek met aardappelschijfjes.
2. Snijd de knoflook fijn en verdeel over de aardappelen. Breng op smaak met peper en zout. Herhaal dit tot de aardappelschijfjes op zijn. Op de laatste laag hoeft geen knoflook, peper en zout. Schenk de slagroom over de aardappelschijfjes en bestrooi met de kaas.
3. Verdeel de boter er in kleine stukjes over. Dek af met aluminiumfolie en bak de gratin ca. 1 uur in het midden van de oven. Verwijder na 30 min. het aluminiumfolie.

Bewaartip

Je kunt de gratin een paar uur van tevoren bereiden. Bewaar afgedekt in de koelkast en verwarm ca. 30 min. in een voorverwarmde oven van 180 °C. Is de gratin ingevroren? Ontdooi hem in de koelkast en verwarm ca. 30 min. in een voorverwarmde oven van 180 °C. Als de bovenkant te donker kleurt, dek de gratin dan af met aluminiumfolie.

Perzik-yoghurt toetje met havermout

👤 2 personen 🕒 10 min.

Ingredienten



- 300 milliliter Yoghurt ik heb magere gebruikt
- 6 stuks Perzik
- 20 gram Havermout

Bereidingswijze:

1. Rooster de havermout in een droge koekenpan en laat afkoelen. Schil de perziken en verwijder de pit.
2. Eventueel kan je ook perzik uit blik gebruiken om het helemaal simpel te maken. Doe de perziken in een blender.
3. Schenk de yoghurt in twee glazen en schenk hierover de gepureerde perziken.
4. Strooi de geroosterde havermout over de perziken.

Eet smakelijk!



Jessica schrijft

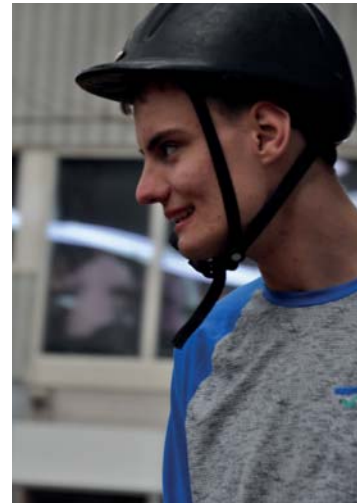
Voor je het weet is het seizoen bij de Klup al weer bijna voorbij! En wat hebben we weer een lol gehad bij het zwemmen. Rijke en Ronald moedigen iedereen aan vanaf de kant, terwijl José, Gerrit en Monique baantjes trekken in het diepe. Helaas hebben we afscheid moeten nemen van William. Hij zwom al zolang bij de Klup, dat hij besloten heeft eens iets anders te gaan doen: hij heeft zich aangesloten bij het G-korfbal team waar Alinde ook in speelt. Heel veel plezier daar William, en zet je beste beentje voor!

Terwijl in het diepe snelle baantjes worden getrokken, wordt door een groot aantal deelnemers waterpolo gespeeld in het warme bad. Erik, Gerjanne, Miranda, Ingeborg, Jaap en Rob zijn hier bijna elke week te vinden. En fanatiek dat ze zijn! Gelukkig hebben we de vrijwilligers om te zorgen dat iedereen aan de beurt komt.

Verder bewaakt Johan vaak een aantal ballen, en zwemt hij soms ook nog eens wat baantjes. Maas gooit meestal wel een balletje over. Wilco en Jenneke staan langs te kant te kletsen, terwijl Henriëtte lekker ronddobbert. Gerjon zwemt vaak met een zwembril en



duikt dan naar de bodem. Jacco, Alex en Samantha zijn vaak wel voor een geintje in met de badmeesters! Al met al blijft het een feestje in de zwembad. Zeker ook met alle vrijwilligers die er met regelmaat zijn. Gerlinde en Jamie wisselen meestal om de week af. Ron is ons clubje weer komen versterken en wisselt de algemene leiding af met Diana en mij. Amer, Gerjan en Thomas zijn meestal bij de waterpoloërs te vinden en natuurlijk moeten we onze maatschappelijk stagiaires niet vergeten. Ik ben hartstikke blij dat we het elke week weer met z'n allen voor elkaar krijgen om met muziek en gezelligheid het zwembad te vullen. Ik hoop jullie allemaal volgend seizoen weer terug te zien!



Uitnodiging truckfestijn

Op zaterdag 27 mei 2017 organiseert de chauffeurs vereniging 'De Smeerput' weer een truckfestijn!

Het doel van dit truckfestijn is om met mensen met een verstandelijk/ lichamelijke beperking uit de gemeente Barneveld en omstreken een rondrit te maken in prachtige trucks. Op die manier hopen wij iedereen een leuke en fijne dag te bezorgen.

Een ieder, die een verstandelijke en/of lichamelijke beperking heeft (ook rolstoelgebruikers zijn welkom), willen wij daarom van harte uitnodigen om aan dit truckfestijn deel te nemen.

Ook mensen met een beperking uit de gemeente Barneveld, die elders zijn opgenomen zijn van harte welkom. Evenals de bewoners van enkele gezinsvervangende tehuizen uit Lunteren en Ede.

Kinderen tot en met 14 jaar mogen een vriend of vriendin meenemen, die al of niet beperkt is.

Indien iemand begeleiding nodig heeft, dient men hier zelf voor te zorgen. De begeleider is natuurlijk welkom in de truck!

Deelnemers worden op 27

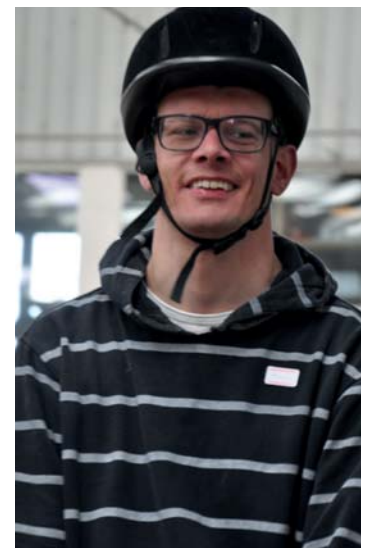


mei 2017 om 9:15 verwacht op het terrein van de fam. Bos aan de Wesselseweg 132 te Kootwijkerbroek.

De tocht begint ongeveer om 10:30 en eindigt ongeveer om 13:00 uur. Hierna staat er voor iedereen een hapje en drankje klaar en is er de mogelijkheid nog een poosje gezellig te kletsen. Er zal net als vorig jaar géén muziek gedraaid worden. Rond 14:00 – 14:30 uur sluiten wij de dag af.

Deelne(e)m(st)ers en begeleid(st)ers dienen zich vóór 30 april 2017 aan te melden. Aanmelden kan door bijgevoegd inschrijfformulier ingevuld terug te sturen naar:

Brigitte de Wit- Druijff
Watertuin 342
3772 VG Barneveld





Wist je dat

- Ellen naar de fotostudio is geweest en haar portret op een tentoonstelling in de bibliotheek komt te hangen
- de recepten van de kook-eetklup bij meerdere vrijwilligers thuis wordt uitgetoet
- Evelinde voor het eerst op de rug van het paard langs ons galoppeerde in de manege
- Trijnie voor het eerst op het huifkarren bed ontspannen lag te genieten van de rondrit
- Rikje liever meeliep dan naast de paarden dan erop klom
- de patatjes en de kroket er goed ingingen na een rit in de bak
- William Garrits een nieuwe sport heeft ontdekt en afscheid genomen heeft en dat we niet weten hoelang hij precies op de Klup heeft gezeten
- we William zeker gaan missen
- Conny niet alleen plezier heeft op de kook-eetklup maar nu ook op zaterdag bij ons komt
- Arend de zee is gaan bevaren met een groot cruiseschip, maar zijn bijdrage voor de klupkrant niet vergeten is in te leveren.
- we op 17 juni het dagje uit hebben en uiteraard iedereen meegaat
- dat Ronald graag zou willen meezwemmen, maar de dokter dat niet goed vindt voor zijn oren
- dat Ronald langs de kant de boel goed in de gaten houdt en gewoon door gaat met grapjes maken
- dat Gerjan en Amer bijna een jaar vrijwilliger zijn en het goed kunnen vinden met de zwemmers


MEE

 Veluwe
 maakt meedoen mogelijk

Werken als ervaringsdeskundige

Begrip en écht begrepen worden, dat zijn twee verschillende dingen. Daarom werkt MEE samen met ervaringsdeskundigen. Zij weten als geen ander hoe het is om een beperking te hebben. Of te leven met iemand met een beperking. Hun ervaring delen ze als vrijwilliger. Met andere mensen met een beperking of met bijvoorbeeld de gemeente.

Andere mensen vragen zich bijvoorbeeld af:

- Ik begrijp mijn kind soms helemaal niet. Ben ik de enige moeder die hier tegenaan loopt?
- Ik krijg binnenkort woonbegeleiding. Kan iemand mij hier uit eigen ervaring meer over vertellen?
- Ik heb sinds kort de diagnose autisme. Wat betekent dit voor mij?

Gemeenten vragen zich bijvoorbeeld af:

- Wat vinden burgers met een beperking belangrijk als het gaat om zorg en welzijn?
- Kunnen we van iedereen met een licht verstandelijke beperking vragen om zelfstandig het huishouden te runnen?
- Regelmatig komen mensen met autisme aan ons loket. Hoe kunnen we daar het beste mee omgaan?

Ervaring delen

Als ervaringsdeskundige kun je vanuit je eigen ervaring vertellen en advies geven, bijvoorbeeld door:

- Mee te gaan naar keukentafelgesprekken voor mensen met een beperking.
- Mee te denken met je gemeente, over wat je van de gemeente nodig hebt, nu en in de toekomst.
- Samen met een professional een cursus of training geven over hoe om te gaan met een beperking.

Aan de slag

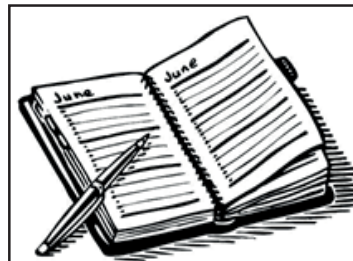
Na de aanmelding wordt gekeken hoe je als ervaringsdeskundige van waarde kunt zijn. Ook krijg je een opleiding om aan de slag te kunnen. Je kunt mantelzorger zijn of zelf een beperking hebben. Bijvoorbeeld een vorm van autisme, niet-aangeboren hersenletsel, een licht verstandelijke beperking of psychische problemen.

Ervaringsdeskundigen krijgen ondersteuning van een coördinator.

Interesse?

Wil jij meer informatie over het werken als ervaringsdeskundige? Of wil je je aanmelden? Bel dan naar Riemke Botnari-de Ronde van MEE via telefoonnummer 06 20441984 of mail naar ervaarmee@meesamen.nl.

T 055 526 92 00 E info@meeveluwe.nl I www.mee-veluwe.nl



agenda mei

| | |
|----|---|
| 6 | zwemmen en creatieve soos |
| 13 | zwemmen en creatieve soos |
| 20 | zwemmen en creatieve soos met muziek |
| 26 | <i>geen kook-eet-klup - vrij ivm hemelvaart</i> |
| 27 | <i>truckfestein - geen soos!!</i> |

agenda juni

| | |
|----|--|
| 3 | <i>geen soos - vrij ivm Pinksteren</i> |
| 10 | zwemmen en creatieve soos |
| 17 | <i>(mid)dagje uit</i> |
| 24 | zwemmen en creatieve soos met muziek |

agenda september

| | |
|---|---------------------------|
| 2 | zwemmen en creatieve soos |
|---|---------------------------|