

VrouwenActief



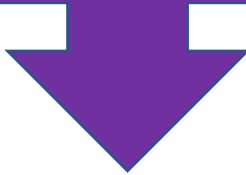
NIEUWSBRIEF MAART 2024

UITNODIGING

LEZING OVER KRUIDEN

DOOR Marry FOELKEL

MAANDAG 25 MAART 2024



Leven van en met de natuur is voor haar een 'way of life'...

Het wordt een avond vol met informatie over de betekenis van kruiden voor ons welbevinden en praktische tips. Marry gebruikt meestal kruiden uit haar directe omgeving.

Koffie schenken en verslag van de avond schrijven: Wijk 1 (= de wijk van Berta en Willy)

Kosten € 5,50 (= incl. entree, een kopje koffie/thee en een drankje)

VOORWOORD DOOR CHRISTIEN

Lieve dames,

De lente is nu echt in aantocht. De vogeltjes fluiten naar hartenlust en ook de bomen beginnen voorzichtig weer een beetje groen te worden. Dat is altijd weer fijn om mee te maken.

Wanneer ik dit opschrijf is ons erelid van het eerste uur, mevrouw Gerrie van de Vrugt net overleden. Verderop in deze nieuwsbrief staat een mooi memoriam. We wensen ons lid Henny en alle andere nabestaanden veel sterkte met dit verlies.

Dan komen we er ook weer achter hoe vergankelijk het leven is en dat het soms ook maar heel kort mag duren. Laten we genieten van de tijd die we hebben en omzien naar elkaar.

Onze ledenavond gaat dit keer over (on)kruiden, ik ben benieuwd of wij na deze avond onze tuinen en bermen met andere ogen gaan bekijken.

Het bestuur; Mieke Messie, Henny van de Vrugt, Rijntje Berends, Gerda Bosch en Christien van Dijk.

GEZOCHT NIEUWE SECRETARIS



VOOR ONZE B(L)OEINDE VERENIGING ZOEKEN WE: EEN SECRETARIS

8 jaar ben ik, met heel veel plezier, secretaris geweest van VrouwenActief. Tijd voor verandering! Naast het notuleren en het maken van de nieuwsbrief, vond ik het leuk om actief mee te denken/organiseren. De bestuursvergaderingen (ca. 9x per jaar) zijn altijd gezellig en opbouwend. Natuurlijk ben je er wat tijd aan kwijt maar... het geeft je ook voldoening en een grote betrokkenheid terug! - Mieke

VERSLAG VAN DE CABARETVORSTELLING DUO ÉÉN EN ANDER /

Na afloop van de avond hoorden we veel positieve reacties: het was een top avond! Wat een mooi stel! Wat hadden ze een (droge) humor. Bekijk de foto's en geniet na!



IN MEMORIAM GERRIE van de VRUGT - STIJF



Op 5 maart kregen we het bericht dat ons erelid Gerrie van de Vrugt plotseling was overleden. Dat was schrikken, want we hadden toch nog net haar 60-jarig jubileum van de VrouwenActief gevierd... Tijdens het interview voor de feestgids vertelde ze enthousiast over de afgelopen 60 jaren: Ze had veel geleerd van de cursussen die werden gegeven. Ze had genoten van de gymles en het volksdansen. Maar ook

de verkeerslessen bij de familie Loonstra in de garage was ze niet vergeten. Ze had groene vingers want 2x won ze een prijs met het opkweken van planten.

Gerrie was een actief en betrokken lid: ze was lang bestuurslid geweest in verschillende functies: algemeen adjunct, penningmeester en notulist. Het vreugde- en ziekenbezoek was iets wat ze graag deed.

En ook al kon ze de laatste tijd onze avonden niet meer bezoeken, ze bleef altijd belangstellend. We zullen haar blijven herinneren als een lieve, actieve en betrokken vrouw.

ROOSTER LIEF EN LEED 2024

Maand	Wijk	wijkhoofden
jan, febr, maart 2024	3	Lia en Dirkje
april, mei, juni 2024	1	Bertha en Willy E
juli, aug, sept 2024	4	Trijnie en Joke
okt, nov, dec 2024	2	Gerrie en Janny

Mocht iemand van jullie iets horen wat betreft 'lief en leed': geef dit door aan je wijkhoofd of Reinalda (tel. 06- 1528 6048).



Met een kleine attentie of een kaartje kun je iemand een groot plezier doen!

VROUWEN ACTIEF IN DE MOESTUIN!



Lente... een zonnige dag en dan begint het te kriebelen... je krijgt weer zin om je moestuin op te starten!

Dit is ook de start van een nieuwe commissie:

VROUWEN ACTIEF IN DE MOESTUIN

We hebben een **APPGROEP** aangemaakt waarin je elkaar met raad en daad kunt helpen:

- ✓ Wat moet ik doen tegen slakken?
- ✓ Ik heb te veel tomatenplantjes, wie wil er een paar hebben?
- Mijn koolplantjes zijn slecht opgekomen, wie heeft er nog een paar over?
- Wie heeft nog een lekker recept voor pastinaak?
- Wie wil mijn moestuin bewonderen en heeft zin in een kopje thee?
- Nou ja... verzin maar verder

BELANGSTELLING: Stuur even een appje naar:

Hanneke vd Woude (tel. 06-42037059) of **Mieke Messie** (06-27190955) en je wordt toegevoegd aan de appgroep: **VROUWEN ACTIEF IN DE MOESTUIN!**

MEDEDELINGEN / AGENDA

E-MAILADRES: info@vrouwenactiefone.nl

SITE: www.vrouwenactiefone.nl

LIEF EN LEED JANUARI/FEBRUARI/MAART: WIJK 3

Lezing over gebruik van kruiden / Marry Foelkel

maandag 25 maart 2024 aanvang: 19.30 uur

Voor meer info zie deze nieuwsbrief.

CONTRIBUTIE NOG NIET BETAALD? DOE DIT VOOR 31-03-24

Voor meer info; zie deze nieuwsbrief

NOTEER ALVAST IN DE AGENDA:

Maandag 29 april 2024: Lezing 'Oene in oorlogstijd' / Broken Wings



<p>Naam.... Is geboren op... Woont in</p> <p>Gezins situatie en levensloop</p>		<p>Lies werd geboren op 14 mei 1949 te Epe. Ze komt uit een gezin met 3 kinderen. In 1969 trouwde Lies met haar man Jaap en gingen wonen in Oene, op de plek waar ze nog steeds met veel plezier wonen. Lies werkte bij taxibedrijf Stokkink in Oene, waar ze vele ritjes heeft gereden. Toen hun zoon werd geboren stopte ze met werken.</p>
<p>Hobby's</p>	<p>Ze mag graag jokeren, fietsen (zit ook bij de fietsclub), tuin op orde maken of naar gymnastiek gaan. En zegt ze... heerlijk genieten van haar kleinkinderen!! Ze ging vroeger ook graag met de buren mee naar verzorgingshuizen om samen te zingen of een gedicht voor te lezen.</p>	
<p>Waarom bent u lid van onze vereniging en wat is er zo leuk aan. Bent u ook actief bij de vereniging en wat doet/deed u dan?</p>	<p>Ze was meerdere malen gevraagd om bij de vrouwenvereniging te komen, maar het kwam er steeds niet van, tot buurvrouw Willy zei, " goat mar is met vanavond" en zo is het al weer 10 jaar dat ze de meeste avonden bezoekt, het is altijd gezellig! De avond met oudere, bekende liedjes van vroeger vond ze erg leuk, in de vorm van een quiz werd dat gedaan en speelde er iemand op de piano, iedereen zong mee uit volle borst. Ook de kerstavond is altijd een erg gezellig samenzijn</p>	



OVERMAKEN CONTRIBUTIE VÓÓR 31 MAART 2024



Vriendelijk verzoek: zouden jullie **voor 31 maart 2024** de contributie over willen maken **€ 30,-**) op rekeningnummer: **NL31RABO 0313 2870 90** met vermelding van **Contributie 2024** (**Ereleden betalen geen contributie!**)

EEN SPINAZIEKRANS VOOR DE PAASBRUNCH / 4-6 PERSONEN

blik croissantdeeg (350 gr) / 2 eieren / 200 gr spinazie / Peper en zout / 5 gedroogde tomaatjes / 50 gr geraspte kaas / verse peterselie / evt 2 gekookte eieren om het midden van de krans ermee op te vullen



- Verwarm de oven voor op 200 graden
- Snijd de grote driehoeken van het deeg doormidden zodat je 12 kleine driehoeken krijgt
- Zet een kommetje op de bakplaat met bakpapier en leg de driehoeken op de plaat met de punt naar buiten (zie foto).
- Bak de spinazie in de pan en laat slinken
- Roer de eieren door elkaar en maak op smaak met zout en peper, voeg dit toe aan de spinazie tot het gaat stollen
- Snijd de gedroogde tomaatjes in stukjes en voeg dit met wat fijngehakte peterselie en de helft vd kaas toe aan de spinazie.
- Verdeel het spinaziemengel rondom het kommetje
- Strooi de rest van de kaas erop en verwijder het kommetje
- Vouw de punten naar het midden en duw het puntje onder de bodem van het deeg
- Bak de krans in 15 tot 20 min goudbruin en knapperig in de oven





IK LIKE.....

Hier kun je een lekker recept, interessant museum, gezellig uitje, mooie theatervoorstelling, sportieve wandeling, boeiend boek etc. delen met andere leden van VrouwenActief! |

STUUR JOUW 'LIKE' NAAR: info@vrouwenactiefone.nl of geef het op één van onze bijeenkomsten door aan Mieke!



‘Zondagskind’ is een autobiografie. Het vertelt het verhaal van een jong meisje, Jasmijn, dat opgroeit in de jaren tachtig en negentig, een tijd waarin weinig bekend was over autisme.

Judith beschrijft haar leven tussen haar 4e en 18e jaar. Ze geeft je op zo’n mooie, ontroerende wijze inzicht in de belevingswereld van iemand met Asperger. Ook al denk je niets te hebben met dit thema, het is écht de moeite waard! Iedereen hoort/leest het woord autisme wel eens! Door het lezen van dit boek krijg je daar een mooi en goed beeld van. Het is geen saaie opsomming

van feiten maar een ontroerend verhaal!

Een thema wat in deze tijd zeker een issue is, speelt ook een rol: accepteer je iemand die anders is? Ik heb het vervolg op dit boek: ‘Zondagsleven’ ook gelezen en ook dit boek is de moeite waard!

Haar nieuwste boek ‘het meisje met de halve ster’ ga ik zeker lezen! Heb al van verschillende mensen gehoord dat je dit bijna niet weg kunt leggen! Zelfs onder het koken niet....



Veel leesplezier!

Mieke

8