

# NIEUWSBRIEF



secretariaat:  
Van Cruiningenweg 20,  
3218 BB Heenvliet  
email: [sverbarnisse@gmail.com](mailto:sverbarnisse@gmail.com)  
[www.sverb.nl](http://www.sverb.nl)

Jaargang 5, nummer 4–mei/juni 2020

## BESTE LEDEN

Toen we aan de lente lunch zaten wisten we niet dat het meteen de laatste activiteit was voor een lange periode.

### Skype

Het bestuur blijft actief en heeft vergaderd via skype. Een hele belevenis maar Peter Franke heeft het ons goed uitgelegd, en na een paar keer proefdraaien is het ons gelukt.

### Afstand 1,50 meter – Ledenvergadering

De “Corona-regels” worden wat versoepeld; na 1 juli mogen groepen weer bij elkaar komen, maar wel rekening houden met de afstand van 1,50 meter. Helaas is De Nieuwe Sluis te klein. We zijn op zoek naar een geschikte locatie en proberen in september de ledenvergadering te houden met aansluitend een gezellige middag met een hapje en een drankje.

### De toekomst

Ik hoop dat we dan na deze angstige tijd onze leden weer kunnen begroeten, en vol goede moed verder gaan met de activiteiten van de SVerB. Namens bestuur en activiteitencommissie hartelijke groet,

**Jannie Valk, voorzitter**

# DODENHERDENKING 4 MEI 2020



Dit jaar vond, wegens de Coronacrisis, in Nissewaard de dodenherdenking niet op de locaties plaats. Jannie Valk, heeft namens de SVerB in de *Van Blankensteinstraat* in

*Heenvliet* en bij *het monument in Zuidland* op 4 mei een bloemstuk neer gelegd.



GEMEENTE  
**NISSEWAARD**

## CORONAKRANT

De gemeente Nissewaard geeft de grote hoeveelheid aan maatregelen vorm en vatten dit samen in een krant: de **Coronakrant**. Met deze Coronakrant informeert de gemeente de gemeenteraad over welke maatregelen en acties de gemeente heeft genomen.

## ABBENBROEK

Abbenbroek is bij de ANWB verkiezing van de allermooiste dorpen van Nederland, verkozen tot een van de vijftig allermooiste dorpen. Om trots op te zijn! Een deskundige jury kiest hieruit de vijf mooiste dorpen, begin september maakt de ANWB de uitslag bekend. Er komt een boek uit met de vijftig allermooiste dorpen van Nederland. Dus Abbenbroek komt in ieder geval in het boek, met foto's en tekst waarin we kunnen laten weten wat Abbenbroek zo uniek maakt.



# **VAN HARTE GEFELICITEERD**

01 juni Mevr. M.J. Sinke-van Dijk  
02 juni Mevr. C.M. Poldervaart-van Splunder  
05 juni Dhr. T. Schans  
12 juni Dhr. E.S.de Koning  
12 juni Mevr. M.H. Oosthoek  
18 juni Mevr. J. Vissers-van den Berg  
18 juni Dhr. A, van Dijk  
23 juni Mevr. L.B.J. Volkeri  
24 juni Mevr. E. van Bodegom-Snel  
25 juni Mevr. R. Bakker-Charité  
29 juni Mevr. J. Mol  
30 juni Dhr. H.J.L. Scholte

03 juli Mevr. J.A. van Marion en Mevr. N.A. Voogt-Langerveld  
06 juli Mevr. L.H. Troost-Voogt  
07 juli Mevr. W. Beek-van 't Hof  
12 juli Mevr. H. Meiburg-van Pelt  
21 juli Mevr. A.P. van den Berg  
24 juli Mevr. J.C. Vernet-Meskens  
28 juli Mevr. J.M. Sanders-Vlug  
31 juli Mevr. C. van den Berg-van Eyk

03 aug. Mevr. E. van Bodegom  
07 aug. Dhr. J. v.. Buren en Mevr. W. v.d. Schans – Ruighaver  
10 aug. Mevr. P.C. van Dam en . Dhr. C. v.d. Jagt  
11 aug. Mevr. Van Rij - Bevaart  
12 aug. Mevr. E. Rozenberg – v. Pelt  
17 aug. Dhr. S. v.d. Weg  
19 aug. Mevr. J. Valk en . Dhr. P.N. Zevenbergen  
24 aug. Dhr. M. J. Pellegrom en Mevr. M.G. Breeman – Goudswaard  
25 aug. .Mevr. J. v. Es – v.d. Poel  
26 aug. Mevr. P.C. Touw en . Mevr. E.C. v.d. Plicht – v. Dijk  
28 aug. Mevr. C. Folsche – ten Hoeve  
29 aug. Mevr. A.H. Zeilemaker – de Koning  
31 aug. Mevr. W.H. Muizer – Schrijver



## Immuunsysteem

Het immuunsysteem of afweersysteem is het verdedigingssysteem tegen [ziekte](#), meer specifiek [infectieziektes](#).

Na je hersenen is je immuunsysteem het meest complexe onderdeel van je lichaam. Het bestaat uit honderden celtypen en signaal-moleculen, en meer dan 8000 van je genen spelen hun eigen rol.

Tot je 60e jaar werkt het immuunsysteem bij de meeste mensen prima en je hebt dan ook niet zoveel last van infecties zoals griep en nu het coronavirus. Hierna wordt het systeem steeds zwakker.

Je immuunsysteem heeft echter niet per se dezelfde leeftijd als jij. Sommige 60-jarigen hebben het immuunsysteem van een 40-jarige, terwijl anderen het systeem van een 80-jarige hebben. Een krachtig immuunsysteem is deels ook genetisch bepaald, Maar niet alleen de staat van je immuunsysteem speelt een beslissende rol, er zijn genetisch bepaalde verschillen in het vermogen om het nieuwe coronavirus te bestrijden.

Dit verschil komt onder meer tot uitdrukking in de bloedgroep. Mensen met bloedgroep A lijken een groter risico te hebben om ernstig ziek te worden, terwijl mensen met bloedgroep 0 minder risico lopen. Bovendien zijn er aanwijzingen dat mannen vaker ernstig ziek worden dan vrouwen. De oorzaak daarvan is nog niet bekend, maar het feit dat welvaartsziekten meer voorkomen bij mannen kan een deel van de verklaring zijn.

**Bron:** <https://wibnet.nl/geneeskunde/ziektes/daarom-worden-we-allemaal-anders-getroffen-door-het-coronavirus>

# VIERING 1e LUSTRUM SVerB

Het is een moeilijke tijd. Maar het bestuur heeft vertrouwen in de toekomst. Daarom is de lustrumcommissie begonnen met het nadenken over hoe onze vereniging in 2021 het 1<sup>e</sup> lustrum kunnen vieren.

## Lustrum Logo

Één van die zaken is een lustrum Logo. De bedoeling is dat dit bij aangelegenheden van het Lustrum zal worden gebruikt.. Hierbij het voorbeeld..

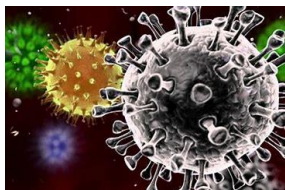


## CORONA-POËZIE

"Als die venijnige/  
ijzerenheinige/  
virusjes die je niet ziet/  
als die rond-hoppende/  
in de war schoppende/  
piepkleine stukjes verdriet/  
weg zullen kwijnen/  
en daarna verdwijnen/  
dat nergens nog één overschiet/  
dan zal ik je kussen/  
maar ja, ondertussen/  
doe ik dat maar niet."

**Joke van Leeuwen**  
in **DICHTER**, tijdschrift met poëzie voor kinderen  
van 6 tot 106.

# ACTIVITEITEN



## JUNI, JUNLI EN AGUSTUS

De maatregelen in verband met coronacrisis bepaalt de mogelijkheden van de de organisaties en verenigingen.

De 3 basisregels zijn

- Houdt 1,5 meter afstand
- Blijf thuis als je hoest en je niet lekker voelt
- Was goed je handen

Helaas kunnen er de komende maanden geen activiteiten worden georganiseerd.

## SEPTEMBER

We kunnen niet in de toekomst kijken, we weten niets met zekerheid, maar we beginnen met de voorbereiding van de Ledenvergadering en een gezellige middag. Met ingang van 1 juli mogen groepen bijelkaar komen, maar wel rekeninghoudend met de 3 basisregels. Belangrijk is een geschikte accommodatie te vinden, waar de deelnemers 1,5 meter van elkaar kunnen zitten. Of het lukt? U leest het in de volgende Nieuwsbrief.

## MEER BEWEGEN...

De corona heeft wel invloed op ons dagelijks doen en laten. Teveel zitten is niet erg goed. Daarom een tip: doe mee met het programma van MAX of de omroep Gelderland, zij zenden in de morgen op werkdagen programma's uit over "meer bewegen"



## TERUGBETALING BUSREIS

### VAREN OP DE LINGE EN GLASBLAZERIJ



Het was jammer, maar de busreis ging wgens de Coronacrisis niet door. De reis was volgeboekt. Inmiddels zijn de zaken met de busonderneming De Jong geregeld. De penningmeester zal binnenkort de bedragen aan de deelnemers terugbetalen..

## SVerB DIGITAAL

Nu er geen activiteiten zijn ontmoeten wij elkaar minder. Met SVerB-digitaal en de Nieuwsbrief houdt het bestuur u op de hoogte van haar werk en het gebeuren in de vereniging.



### WEBSITE [www.sverb.nl](http://www.sverb.nl)

Daar vindt u veel informatie over wat de SVerB doet. Maar wist u dat er ook de volgende TIP op staat:



Heeft u iets te vragen of te vertellen en u heeft een computer stuur dan een mailtje Hoe vindt u de NIEUWSBRIEF ? Laat het ons weten en stuur een mail naar: [sverbernisse@gmail.com](mailto:sverbernisse@gmail.com)



Onder de naam BERNISSE OUDERENACTIVITEITEN vindt u de SVerB op facebook. Ook daar kunt u reageren.

## Bestuur .

Jannie Valk	voorzitter	tel. 0181- 665178
Martin Pellegrom	penningmeester	tel. 0181- 661216
Mies de Vries	secretaris	tel. 0181- 663876
Henny van der Valk	alg. bestuurslid kandidaat	tel. 0181- 661445
Corrie Folsche	alg. bestuurslid kandidaat	tel. 06 - 44676342
Patricia Mitchell	algemeen bestuurslid	tel. 0181- 663498

## Activiteitencommissie

Jannie Valk	Truus Hoffmann	Wil van Beek
Mies de Vries	Trudy Engelsman	Cok Hassels
Carla Meijboom	Patricia Mitchell	Laura Volkeri
Paula Eijs	Nel van de Berg	

## Bingo

Marius Rozenberg	Bets van Bodegom
Erna v.d. Weg	Martin Pellegrom

## Website + Ledenadministratie

Peter Franke

## Lief en Leed

Carla Meijboom

## Nieuwsbrief

Henny van der Valk



Lentelunch - al "Corona" voorbereid.