



In deze editie:

**Nieuw
complimentkaartje**

**Uitgelicht:
Samenwerken aan
een beter milieu**

**Ubachsberg combineert
ontmoeting, ontspanning
en ontplooiing**



**Volg jij @zijactief limburg
al op Instagram?**



Zij Sprongetjes



In de rubriek *ZijSprongetjes* vind je aankondigingen, ingezonden stukjes en korte nieuwtjes. Heb je tips of ideeën, vanuit je afdeling of persoonlijk, laat het ons weten via zijactief@zijactief limburg.nl.

Kerstmis



ZijActief Limburg wenst je een vrolijk kerstfeest: een feest van vrede en licht. Rust lekker uit en maak tijd voor jezelf.

We realiseren ons dat dit helaas niet voor iedereen haalbaar is. Binnen onze vereniging – maar ook wereldwijd – zijn er vrouwen die eenzaam zijn, die in een onveilige omgeving wonen, die te maken hebben met geweld. Of vrouwen die weinig geld hebben en simpelweg bezig zijn met overleven. Laten we hen een plek geven in ons hart. Zodat zij toch een feestelijk gevoel krijgen en ervaren hoe het is als andere vrouwen met je verbonden zijn.

Voor ZijActief Limburg is dit ook een rustige periode. Als de coronamaatregelen het toelaten, starten we in januari weer met een dynamisch ZijActief-jaar. Een jaar waarin we met een stevig programma weer samen aan de slag gaan. We maken werk van de werving van nieuwe bestuursleden en leden én maken onze afdelingsstatuten klaar voor de toekomst. Zo zorgen we ervoor dat we straks samen onze 100^e verjaardag kunnen vieren.



Laten we toosten op het nieuwe jaar met als motto: ***vrouwen zorgen voor verbinding!***

Ans Christophe
Voorzitter ZijActief Limburg

Colofon

Redactieteam ledenblad Zij&Zo:
Marja Valckx, Aurelia Renierkens,
Bram Hammes.

Fotografie:
Beeldbank ZijActief Limburg.
Niets uit deze uitgave mag
worden verveelvoudigd.

Realisatie, eindredactie en vormgeving:
Arc Communicatie, Herkenbosch

Druk:
Supreme Graphic Solutions, Haalen



Redactieadres ZijActief Limburg:
Postbus 960, 6040 AZ Roermond
Telefoon (0475) 381 781
E-mail: zijactief@zijactief limburg.nl

Deze uitgave is mede mogelijk
gemaakt door subsidiegelden van
de Provincie Limburg.

provincie limburg



**Voorzichtig werpen we alvast
een blik op de eerste geplande
activiteiten in 2022**

- **Dagen voor Alleengaanden**
- **4VO Vrouwendag**
- **Filmdag**
- **Samen Op Stap Op Zondag**
- **Ledendag**

We laten je weten of deze
activiteiten coronaproof
kunnen doorgaan.

Erelid van ZijActief Moorveld viert 100^{ste} verjaardag

Op maandag 13 december vierde Annie Waelen-Crombach, oprichtster en erelid van ZijActief Moorveld, haar 100ste verjaardag. Van harte gefeliciteerd! In het verleden was mevrouw Waelen-Crombach voorzitter van ZijActief Moorveld en Kring Zuidoost en lid van het Provinciaal Bestuur. Ook tegenwoordig blijft mevrouw Waelen-Crombach onze vereniging aandachtig volgen, zelfs via Facebook. Wij wensen haar nog vele gezonde jaren toe!



ZijActief Limburg wenst je fijne feestdagen!

**Deze afdelingen
vieren in 2022
een jubileum.
Alvast van harte
gefeliciteerd!**

90 jaar

- Beegden
- Bocholtz
- Helden
- Herten
- Leveroy
- Maasbree
- Oostrum
- Schimmert
- Doenrade

85 jaar

- Bingelrade
- Landgraaf
- Simpelveld

65 jaar

- Leeuwen

55 jaar

- Banholt
- Moorveld

75 jaar

- Eys-Wittem

60 jaar

- Haler-Uffelse
- Jabbeek
- Stevensweert

40 jaar

- Roerstreek

Oproepje

Meld je aan voor het ledenpanel

Wil jij ZijActief Limburg zichtbaarder maken in de provincie Limburg? Meld je dan aan voor ons ledenpanel. In september zijn we met ongeveer tien leden gestart. Samen vertellen we de verhalen uit onze afdelingen aan andere vrouwen in Limburg. Hoe? Schrijf bijvoorbeeld een verhaal over een bijzondere vrouw. Maak foto's van een afdelingsuitje. Of denk mee over onze communicatiemiddelen. Doe mee! Ben je geïnteresseerd of wil je meer informatie? Stuur een e-mail naar communicatie@zijactief limburg.nl.



**Een mooie opkomst voor de eerste
bijeenkomst van het ledenpanel.**

Heb jij het nieuwe complimentkaartje al gezien?

Daar is hij dan: het nieuwe complimentkaartje 'Jij verbindt'. De dames die op 4 november de Algemene Ledenvergadering bezochten, namen de eerste exemplaren in ontvangst. Wie weet, ontvang jij er ook eentje van je afdelingsbestuur.



Dagen voor Alleengaanden

Dat was genieten!

In oktober waren de Dagen voor Alleengaanden. In Ysselsteyn, Nederweert-Eind en Klimmen kwamen de alleengaande vrouwen weer bij elkaar. Na een meditatieve sessie met mooie woorden en liedjes vertelden de dames van het Museum van de Vrouw in Echt over het vrouwenleven in al haar facetten. Daarna volgde een presentatie over de activiteiten en werkzaamheden van een zorgboerderij uit de buurt. In Klimmen vond deze presentatie al plaats in 2020. De dagen werden afgesloten met muziek van Mieke Crins uit Weert. Kortom: het was fijn om elkaar weer terug te zien en bij te praten, onder het genot van goed eten en drinken en een mooi programma!



**De dames in Ysselsteyn hebben
genoten!**

Het klimaat verandert. Door de CO₂ die we uitstoten, warmt de aarde langzaam op. De ijskappen op de Noord- en Zuidpool smelten, waardoor de zeespiegel stijgt. En steeds vaker krijgen we te maken met perioden van extreme droogte en hevige piekbuien. Dat heeft drastische gevolgen voor de natuur, het milieu en de mens. De redactie sprak met Jeannette Quadvlieg-van Dam, wethouder en portefeuillehouder Water bij de gemeente Beekdaalen. Ook vond een gesprek plaats met Peter van Dijck, algemeen bestuurslid bij de Limburgse Land- en Tuinbouwbond (LLTB).

Oude molen en uitvaartcentrum

Door het veranderende klimaat kreeg Nederland in 2020 te maken met een neerslagtekort. Er ontstond een grote bosbrand in het Midden-Limburgse Nationaal Park De Meinweg. Door de aanhoudende droogte werd de bosbrand groter en moeilijk te bestrijden. En de afgelopen zomer werd Limburg overvallen door extreme wateroverlast. Jeannette Quadvlieg-van Dam herinnert zich de wateroverlast als de dag van gisteren: “Ik zie mezelf nog zitten tijdens de gemeenteraadsvergadering

op 13 juli. Het bleef alsmaar regenen. Een dag later waren alle beken en rivieren in de omgeving volgelopen met water. Met als gevolg dat de Geleenbeek in Nuth buiten de oevers trad. In de buurt lag een oude gerestaureerde molen die het helaas niet heeft gered. Op een gegeven moment bereikte het water een uitvaartcentrum aan de overkant van de molen. Met man en macht probeerden we te voorkomen dat het gebouw onder water kwam te staan. Hoewel het zand niet aan te slepen was, lukte het ons om een zandwal te bouwen. En dankzij waterpompen konden we het water buiten de deuren van het uitvaartcentrum houden. Alleen de kelder liep onder.”

Grootste impact in Zuid-Limburg

Volgens Jeannette is de wateroverlast in Nederland toegenomen. Jeannette: “Al heel wat jaren ben ik betrokken bij de waterhuishouding in Limburg. Eerst als algemeen bestuurslid bij Waterschap Roer en Overmaas (dat tegenwoordig Waterschap Limburg heet) en sinds 2015 als wethouder en portefeuillehouder Water bij diverse gemeenten. Ik zie dat we enerzijds steeds vaker te maken krijgen met hevige en korte lokale piekbuien. Anderzijds krijgen we steeds vaker te maken met langdurige regionale regenval. Eerst kun je dit wateroverschot nog opvangen via grubben, beken en waterbuffers. Maar wanneer deze overlopen en ook het riool overstroomt, krijg je wateroverlast. Dat gaf de afgelopen zomer vooral grote problemen in Zuid-Limburg. Dit gebied heeft veel lössgrond, dat is een soort kleigrond waar het regenwater moeilijk in wegzakt. Daarnaast heeft Zuid-Limburg veel verharde oppervlakten, omdat er in de afgelopen decennia veel gebouwd en bestraat is. En door het heuvellandschap stroomt het regenwater sneller naar de laaggelegen gebieden. Dat zagen we bijvoorbeeld in Valkenburg. Naast wateroverlast hebben we door klimaatverandering te maken met hittestress en verdroging.”

Agrarische sector

Ook de agrarische sector heeft schade aan de wateroverlast overgehouden, vertelt Peter van Dijck: “Veel boerenbedrijven op de Maasstrook zijn hard getroffen. Het leed is enorm. September en oktober zijn onze oogstmaanden. Wanneer de landbouwgrond in de zomer onder water staat, ben je deze oogst kwijt. Dat risico loop je natuurlijk altijd, we kunnen het weer immers niet beïnvloeden. Wel zijn er methoden waarmee



In juli 2021 had Limburg te maken met grote wateroverlast door extreme regenval en hoge waterstanden.

een beter milieu

we om kunnen gaan met de weeruitersten. En waarmee we onze gewassen en het vee kunnen blijven verzorgen. Dat doen we bijvoorbeeld via buizen onder de grond die water opnemen bij wateroverlast en water afstaan bij droogte. Dit heet peilgestuurde drainage. En bij warm weer werken veehouderijen met nevelkoeling en ventilatie in de stallen. Op die manier verhogen we het comfort van de dieren. Ook wordt op veel plekken in het Heuvelland niet meer geploegd. Bij wateroverlast spoelt vers bewerkte grond namelijk makkelijk weg, afhankelijk van het soort gewas en de bodembedekking. Daardoor kunnen modderstromen ontstaan. Het aantal modderstromen is door alle genomen maatregelen fors verminderd."

Kleine maatregelen

Peter: "Uiteindelijk moeten we samenwerken om op provinciaal niveau met wateroverlast en extreme droogte om te gaan. Zo kunnen boeren en tuinders een belangrijke rol spelen bij het maken van ruimtelijke plannen van de overheid. Boeren beschikken immers over grote delen van het landelijk gebied en kennen deze gebieden vaak als geen ander. Ook op individueel niveau kan iedereen zijn steentje bijdragen aan het klimaat. Dat zit 'm al in de kleine dingen. Bijvoorbeeld in minder producten weggooien. Maar ook het vervangen van tegels en grind door groen. Daardoor zakt het regenwater beter weg op de plek waar het regenwater valt."

Jeannette: "Koppel ook de regenpijp af. Daardoor belast je het riool minder en stroomt minder regenwater naar de rioolwaterzuiveringsinstallaties. Gebruik verder wat vaker de fiets en laat de auto staan. Zo zijn er nog tig andere kleine maatregelen die je zelf kunt nemen om het milieu een handje te helpen!"

Organiseer ook een masterclass!

Wist je dat ZijActief-afdeling Meijel onlangs een masterclass over klimaatverandering hield? Tijdens de bijeenkomst gaf L1-weerpresentator Léon Rademakers uitleg over hoe het veranderende klimaat het weer beïnvloedt. Ook jouw afdeling kan een masterclass organiseren! Meer weten? Stuur een e-mail naar zijactief@zijactief limburg.nl of bel met 0475 – 38 17 81.



Peter van Dijck (45) woont in Ysselsteyn, is getrouwd en heeft twee kinderen. Samen met zijn broer heeft hij een varkenshouderij. Daarnaast is hij 10 jaar bestuurlijk actief bij de LLTB, waarvan twee als hoofdbestuurder.



Jeannette Quadvlieg-van Dam (63) woont in Bingelrade, is getrouwd en al 18 jaar lid van ZijActief-afdeling Bingelrade. Ook was zij zeer betrokken als bestuurder bij vrijwilligersorganisaties zoals het Rode Kruis Zuid-Limburg. Toen Jeannette wethouder werd, legde zij deze functies neer om zich volledig te focussen op haar gemeentelijke werkzaamheden.

ZIN

zingeving identiteit naasten



Philma Herberichs

Adem in. Adem uit.

Velen onder ons voelen zich verbonden. Met het gezin of familie. Met vrienden, collega's of een vereniging zoals ZijActief Limburg.

Adem in?

Zeker in de decembermaand tijdens alle bijzondere feestdagen is er volop verbinding. In gebed en aan de eettafel die we rijkelijk dekken met brood en lekkers. De feestdagen geven ons een gevoel van saamhorigheid. We eten meer dan genoeg.

Adem uit?

'Zij' hebben niets. Geen compleet gezin, eten of warm bed. Wel is er oorlog en honger. Er zijn huilende kinderen en slapeloze nachten.

Adem in?

In saamhorigheid wil en kun je delen.

Adem uit?

Daar waar geen zon of regen is, maar wel armoede en oorlog. Daar is droogte. Geen graan of brood. Geen vrede. Daar gaan mensen dood.

Adem in?

In saamhorigheid delen we het brood en de vrede. Elke dag.

Zalig is het om samen te zijn en te blijven in de vrede van Kerstmis. Zalig is het om in saamhorigheid het nieuwe jaar tegemoet te gaan.

Adem in. Adem uit.

Zij

Projecten

Projectgroep Service en Toerusting

“Loopt jouw afdeling ergens tegenaan? Meld het!”

De projectgroep Service en Toerusting ondersteunt de afdelingen van ZijActief Limburg. Heeft jouw afdeling een vraag? Dan helpt de projectgroep jouw afdeling daar graag bij. In 2021 belden de leden van de projectgroep alle afdelingen van ZijActief Limburg op om te horen wat er speelt en leeft. Projectmedewerkster Joke van Rooijen: “Dat leverde waardevolle inzichten op.”

Activiteiten in coronatijd

Voor veel afdelingen waren 2020 en 2021 best pittig. Joke: “De meeste activiteiten werden afgelast vanwege corona. En daardoor konden veel afdelingen weinig voor hun leden betekenen. Voor deze afdelingen bood

de projectgroep Service en Toerusting een luisterend oor. Sommige gesprekken duurden wel een uur!”

Wet bestuur en toezicht rechtspersonen (WBTR)

Ook de nieuwe WBTR riep bij veel afdelingen vragen op. Joke: “Sinds juli 2021 moeten alle verenigingen aan deze wet voldoen. De wet geldt voor alle besturen en zorgt ervoor dat zaken op orde zijn. Daardoor verbetert de kwaliteit van besturen. En zo kom je als bestuurslid niet voor verrassingen te staan. Alle vragen over de WBTR probeerden we telefonisch te beantwoorden.”

Werving nieuwe leden

Veel afdelingen zoeken ook naar manieren om nieuwe leden en bestuursleden te werven. Joke: “Onze vereniging staat inmiddels 91 jaar midden in de maatschappij. In de toekomst willen we dat graag zo houden. Daarom gaat het Provinciaal Bestuur samen met de

afdelingen aan de slag met de werving van nieuwe leden en bestuursleden.”

Stel je vraag aan de projectgroep

Heb je vragen? Bijvoorbeeld over wat de WBTR voor jouw afdeling betekent? Neem gerust contact op met de projectgroep Service en Toerusting via 0475 – 38 17 81 of zijactief@zijactief limburg.nl.



Joke van Rooijen

“Vernieuwing is inherent aan een wisseling van de wacht”

Het is 2018 als het dan zittend bestuur van ZijActief-afdeling Ubachsberg, Lony Schoenmaekers en Jessie Berndsens, tijdens de jaarvergadering aankondigt te gaan stoppen en het stokje over te willen dragen. Het alternatief: de afdeling, die in 1934 werd opgericht, stopt met bestaan. Maar met ruim 60 leden is dat voor José Dahlmans, Ine Boumans en Margriet Smeets géén optie.

Overgangstraject

De drie dames besluiten tijdens de pauze om samen de schouders eronder te zetten. José: “Onze voorwaarde was wel dat we door het zittend bestuur ingewerkt zouden worden. Lony en Jessie hadden jarenlange ervaring als bestuursleden. Bovendien kenden zij de leden en hun behoeftes als geen ander. Daar kon het aantredend bestuur alleen maar van leren. Het zittend bestuur nam ons tijdens het overgangstraject mee in onder andere het onderhouden van het contact met de leden, het organiseren van vergaderingen en het bijhouden van de financiën. Op die manier kregen Ine, Margriet en ik een goed beeld van het reilen en zeilen binnen de vereniging.”

Vernieuwing

Margriet: “Begin 2020 werden wij benoemd als het nieuwe bestuur van ZijActief Ubachsberg. José werd voorzitter, Ine secretaris en websitebeheerder en ik algemeen bestuurslid. Destijds maakte Christel Zegers ook deel uit van het bestuur als penningmeester. Tegenwoordig neemt José deze taak voor haar rekening. We helpen elkaar waar dat nodig is. Dat werkt voor ons het allerbeste. Of we alles precies hetzelfde doen als het vorige bestuur? Nee, maar vernieuwing is inherent aan een wisseling van de wacht. Dat houdt een afdeling juist bruisend.”

Website, digitale nieuwsbrief en Facebook

Ine: “Als nieuw bestuur kijken we vooral naar hoe we onze vereniging met de tijd mee kunnen laten gaan. We willen jonge leden aantrekken, maar met respect voor de oudere leden die



V.l.n.r. José Dahlmans, Ine Boumans en Margriet Smeets

ZijActief Ubachsberg hebben opgebouwd. Om een voorbeeld te noemen: we zijn veel meer online gaan communiceren. We onderhouden onze website, sturen tweemaandelijks een digitale nieuwsbrief naar onze leden en we hebben een eigen Facebookpagina. De leden die deze kanalen niet gebruiken, ontvangen een printversie van de nieuwsbrief in de brievenbus. En we publiceren aankondigingen van activiteiten in het lokale weekblad. We merken overigens dat deze brede manier van communiceren al aanmeldingen van nieuwe leden heeft opgeleverd!”

Divers activiteitenprogramma

José: “Toen in 2020/2021 bijna alle activiteiten werden afgelast bleven we het

contact met onze leden onderhouden. Bijvoorbeeld door diverse attenties persoonlijk langs te brengen. Dat waardeerden onze leden heel erg. Nu we het activiteitenprogramma weer oppakken, zorgen we voor diversiteit. Van een reanimatiecursus, lezingen over assertiviteit, natuur en klimaat en hartproblemen bij vrouwen tot bloemschikken, wandelingen, cabaret en amusement. Kortom: Er is een gezonde mix tussen ontmoeting, ontspanning en ontplooiing. Op die manier proberen we een grote groep vrouwen aan onze afdeling te binden.”

Terugblik op de Familiedag, Limburgse vrouwendag en ALV

In oktober en begin november konden de Familiedag, Limburgse vrouwendag en ALV fysiek doorgaan. Het voelde als vanouds om elkaar tijdens deze activiteiten in het 'echt' te zien.

Familiedag

Op zondag 10 oktober vond in Roermond en Sittard de Familiedag plaats. Dit is een nieuwe activiteit waarbij ook niet-leden welkom zijn. In Sittard gaven de bevoegden Theo en Peer een rondleiding door de Geheime Tuinen van Sittard. En in Roermond verzorgde een VVV-gids een wandeling langs diverse locaties waar op Witte Donderdag 2021 The Passion werd opgevoerd. Tijdens beide wandelingen was er ook ruimte voor een lekker kopje koffie en een heerlijk stukje vlaai.



Bezoek aan het Kartuizerklooster in Roermond

Limburgse vrouwendag

Op vrijdag 15 oktober trok de Limburgse Vrouwendag veel dames naar het Forum in Roermond. Om stil te staan bij de verschillen in de symptomen en de behandeling van ziektes bij vrouwen en mannen. Cardiologe Angela Maas, huisarts en seksuoloog Thea van der Waart en cardiologe in opleiding Chahinda Ghosseini gaven uitleg over de ontwikkelingen op het gebied van hart- en vaatziekten, seksualiteit op oudere leeftijd en Covid. Was je er niet bij? Kijk de lezingen dan terug via www.zijactief limburg.nl/nieuws.



Het thema van de Limburgse Vrouwendag was 'Vrouw en Gezondheid'

Ontmoeting en entertainment tijdens ALV

Op donderdag 4 november 2021 was de Algemene Ledenvergadering (ALV) in Roermond. Een bijzondere ALV waar ruim 350 leden, bestuursleden en gasten ons 90-jarig jubileum vierden. Het thema was 'Vrouwen bouwen aan de samenleving'. Het werd een onvergetelijke dag vol mooie ontmoetingen en entertainment en vooral positieve reacties! We namen afscheid van Wies Hamstra, Mariëlle Beusmans en Nicole Faesen. Ook verwelkomden we de nieuwe provinciaal bestuursleden Lenie Waltmans en Annelies Joosten.



Foto: Dion Huiberts

Wist je dat?

ZijActief-afdeling Vaals steunt 'een geweldig nieuw initiatief'

Afgelopen zomer trok ZijActief-afdeling Vaals er voor het eerst sinds de uitbraak van corona weer op uit. De dames bezochten De Kornuiten van Koraal. Dat is een uniek regionaal project waar mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt kunnen werken en zich kunnen ontwikkelen. Voorzitter An van de Weyer: "Een geweldig nieuw initiatief!"

Meedoen in de maatschappij

De Kornuiten van Koraal ligt in Lemiers, een klein kerkdorpje in de gemeente Vaals. An: "Het project biedt voor mensen met een beperking een plek dicht bij huis om mee te kunnen doen in de maatschappij. Het bestaat onder andere uit een horecagelegenheid en een winkeltje waar zelfgemaakte producten worden verkocht."

Sympathie

An: "Onze afdeling wilde graag kennismaken met De Kornuiten van

Koraal. Om onze sympathie voor dit prachtige initiatief te betuigen. We genoten volop van de gastvrijheid en de heerlijke koffie en vlaai in een mooie ambiance waar projectleider Juliëtte Dumollin en haar medewerkers voor zorgden. In de toekomst blijven wij dit project ondersteunen door gebruik te maken van de activiteiten en diensten die het project biedt!"



De dames van ZijActief-afdeling Vaals waren blij om elkaar weer in het 'echt' te zien.