



### Voorwoord

Beste leden, lieve mensen,

De kerstdagen liggen net achter ons en een heel nieuw jaar vóór ons. We gaan ervan uit dat we elkaar dan weer vaker zullen tegenkomen bij allerlei activiteiten in ons jubileumjaar. Gelukkig konden we in december wel twee inlopen houden zodat mensen met digitale problemen bij onze deskundigen te rade konden gaan.

Voor sommigen van u zijn met name deze dagen van het jaar moeilijk, om allerlei persoonlijke redenen. Daarom zijn we blij dat we u afgelopen maand konden verrassen met een attentie die zeer gewaardeerd werd. Ook hebben we ons best gedaan om een mooi Bedonkske in elkaar te zetten zodat u toch iets te lezen hebt want het ONS Magazine moet u deze keer missen.

In ieder geval vindt u een prachtig gedicht van een oude bekende, Tonny Jacobs, wat zij bij de geplande Kerstbeleving zou hebben voorgedragen. Helaas moest die uitgesteld worden tot volgend jaar maar we wilden u de prachtige tekst niet onthouden.

Ook graag uw aandacht over het stukje van Ten Blakke: we willen heel graag weten hoe u hierover denkt en zien uw reacties tegemoet waarvoor bij voorbaat dank!

Noteert u 17 maart alvast in uw agenda? Dan staat namelijk onze jaarvergadering gepland, altijd erg belangrijk.



Ik wens u, namens het bestuur, een hele mooie jaarwisseling en een vreugdevol en gezond 2022!

Uw voorzitter,  
Mariëtte Frijters

### Vooruitblik(ken)

Zoals we eerder ook al hadden gemerkt, blijft corona de agenda behoorlijk bepalen. We weten niet of alle activiteiten door kunnen gaan. Daarover kunt u gelukkig de website raadplegen. Die is altijd actueel.

Donderdag 17 maart	Jaarvergadering
Woensdag 6 april	valpreventie
Dinsdag 3 mei	Vitaliteitsdag

### Annulering kunstlezing

Helaas, helaas. Corona gooit opnieuw roet in het eten. De kunstlezing over Picasso van 20 januari wordt in overleg met Ger Jacobs opnieuw uitgesteld. Het gehele programma wordt doorgeschoven naar februari, maart en april. Wij vinden het momenteel niet verantwoord om de lezing van januari door te laten gaan gezien de laatste ontwikkelingen met betrekking tot corona. Heel vervelend maar wij denken dat dit de juiste keuze is. Graag zien we alle kunstliefhebbers weer bij een van de volgende lezingen. We houden U op de hoogte.

Mensen met verdriet hebben maar één behoefte: dat iemand naar ze luistert.



### Overleden

7 november: Mevr. Dini Burgers-Janssen, 81 jaar.

16 november: Mevr. Jo Benjamins-Wagemakers, 89 jaar.

29 november: Mevr. Leny Manders-van Ansem, 79 jaar.

4 december: Mevr. Diny Verhulst-van der Heijden, 104 jaar. (Zij was lid sinds 1982)

## Blog (door Tonny Jacobs-Pothof)

Tonny's blog kunt u vinden op onze website:  
<https://www.seniorenverenigingbeekendonk.nl/files/2021/12/Tonnys-blog-januari-2022.pdf>

### KERSTMIS 2021: BELEVING.

Hoewel kerstmis voorbij is, willen we u laten weten welk gedicht door Tonny tijdens de viering zou worden voorgedragen.

Kerstmis 2021

*We staan er weer voor:  
de feestmand december is weer  
aangebroken.  
Er worden al volop kaarsen aangestoken.  
Want we willen zo graag weer in de goede stemming  
komen  
en van 'n wereld zonder corona dromen...*



*Veel dingen, vooral de gezellige, zijn weer uitgesteld.  
Het is gewoon zo: het is vooral de gezondheid die telt.  
Maar laten we het wat optimistisch blijven bekijken.  
'n Beetje humor in onze beleving van alles laten we  
niet wijken.*



*Die nemen we mee, het Nieuwe Jaar in.  
Want zonder 'n wat fijne beleving heeft het leven  
weinig zin.  
Het hoeft allemaal niet 'wijds' en ook niet heel groot.  
Grijp je kans bij wat kán en wat het leven je tot op  
heden bood.*

*En vergeet daarbij ook je medemensen niet.  
Dat is een van de dingen die het Jezuskind ons  
achterliet...  
Geboren voor de hele mensheid, voor iedereen.  
Niemand is, in principe, toch zo graag alleen.*

*Geloof me: 'n glimlach, 'n praatje, zomaar met  
iemand, het kost niets, alleen 'n beetje tijd.  
Misschien heb je daarmee wel 'n mens zo uit zijn  
eenzaamheid bevrijd.  
Maar de beleving van die passant onderweg, is  
groot...  
Want het was pure liefde voor de  
medemens, wat je die ander bood...*



*Maar laten we er, vooral dit jaar, ook een móóí  
Kerstfeest van maken  
en met wat woorden en gezang in de echt blijie sfeer  
geraken.*

*Voor al de zieken onder ons wens ik tóch een mooie  
beleving toe deze tijd.*

*KERST komt er aan in de hele wereld, wijd en zijd.*

*Zelf steek ik een kaars aan voor iedereen, sommige  
mensen hebben dat nodig.*

*Dus dan is een extra kaars voor hen niet overbodig.*

*Zo probeer ik me voor te bereiden op dit 'LICHTEND  
FEEST' ieder jaar.*

*En ik sta voor alle dingen in 't Nieuwe Jaar weer klaar.*

*Mag ik u allen ook dit jaar weer een heel warm,  
betekenisvol Kerstfeest toewensen*

*en dat u het Oude Jaar toch met een goed gevoel mag  
afsluiten, zodat het*

*Nieuwe jaar 2022 weer hopelijk gezond en gevuld met  
kleine lieve dingen,  
vóór u ligt...*

Tonny Jacobs-Pothof.



### Hobby of passie

Van Chef-kok naar hobby kok

Na jarenlang duizenden schnitzels, varkenshaasjes, biefstukken en scholletjes bakken, was de lol van het koken er wel een beetje af. Om gewoon eens lekker voor mijn familie te koken, ontbrak mij de zin. Vijf keer in de week een schnitzel met gebakken aardappels was ons rantsoen.

Als kok in een restaurant sta je bijna altijd onder druk. 8 pannen op de kachel, 2 ovens die staan te piepen, keukenhulpjes die van alles vragen, kortom stress en nog eens stress. En dan ook nog de gast die denkt dat al het eten kant en klaar op hem ligt te wachten. Toch voelde ik me het meest in mijn element als er inderdaad van alles piepte, de acht pannen vol lagen met vlees en aardappels en het team in de keuken als een goed geoliede machine zijn taak uitvoerde. 130 couverts op een avond, in de zomer zelfs rond de 220 gasten zorgt ervoor dat je meer een goede organisator dan een goede kok moet zijn.

Maar nadat ik het restaurant over had gedaan aan mijn opvolgers, kwam langzaam de lol voor het koken weer terug. De eerste jaren kookte mijn vrouw nog ons alledaagse potje maar soms als ik zin had, dook ik in een van de tientallen kookboeken die keurig netjes op een rij in de boekenkast stonden te blinken. Een kookboek moet vol vette vlekken zitten,

ezelsoren en een kaft waar de tomatensoep van vorige week nog op zit.

Ineens was de passie voor het koken weer terug. Mijn kruiden- en specerijenrekje breidden zich elke week uit met nieuwe potjes die onmisbaar waren om de juiste smaak aan het gerecht te geven. En in mijn bijkeuken stapelde zich de apparatuur steeds verder op. Een hobby mag geld kosten.



Langzaam transformeerde ik van een kok naar een hobby kok. Het is niet alleen het koken wat een nieuwe hobby werd maar ook de gezelligheid om met anderen te eten en te drinken.

Het is natuurlijk de vraag wanneer je een hobby kok bent. Volgens mij is het erg belangrijk dat je koken leuk vindt. Ook moet je regelmatig je grenzen verleggen. De laatste tijd maak ik complete Indonesische rijsttafels, Japanse snacks en Thaise wok gerechten. Om met Pippi Langkous te spreken: 'Ik heb het nog nooit gedaan dus ik denk dat ik het wel kan'. Ben vooral niet te bang dat iets een keer wat minder is. De wereld is nog nooit vergaan door aangebrande aardappels.

Ik wens al mijn collega hobby koks veel plezier bij het koken met de feestdagen. Denk goed na wat je een dag van tevoren al kan voorbereiden. Niets zo erg als dat iedereen gezellig aan de wijn zit en jij staat nog steeds te ploeteren in de keuken. En als je kookt, hoort daar de afwas niet bij: laat dit over aan de anderen.

Een smakelijke groet van Wim Maas

## Kom jij in verbinding met ons?

Wim: *'Sinds het overlijden van mijn vrouw ben ik alleen en heb ik geen maatje meer, maar het leven gaat verder. Ik weet echter dat ik niet de enige ben die alleen is komen te staan. Er wordt namelijk veel over eenzaamheid gesproken. Toch ben ik ervan overtuigd dat er meer mensen zijn die dit ook zo ervaren. Hoe fijn zou het dan zijn om met gelijkgestemden te praten, van gedachten te wisselen, activiteiten te ondernemen, kortom; in verbinding met elkaar te komen? Luisterende oren bieden steun en dat kunnen mensen goed gebruiken.'*

Laarbeek kent vele mogelijkheden om mee te doen aan activiteiten, alleen lukt het niet iedereen om aansluiting te vinden. Dit kan praktische redenen hebben, zoals het gebrek aan vervoer. Maar wij zien ook steeds meer dat mensen op zoek zijn naar een andere manier van verbinding met elkaar. Zelfs in een groep kunnen deelnemers zich nog alleen of eenzaam voelen. Echt contact hebben met elkaar en praten over meer dan koetjes en kalfjes. Nu mensen langer zelfstandig thuis wonen, vaak alleen, wordt die groep groter.

Maar goed, hoe organiseer je dat? Herken jij jezelf in bovenstaande en/of het verhaal van Wim? Wij nodigen je graag uit om met ons in gesprek te gaan en na te denken hoe we iets voor jou en voor deze groep mensen kunnen betekenen. Neem contact op met de



Seniorenvereniging Beek en Donk

([seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com](mailto:seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com)),

Dorpsraad Beek en Donk ([info@dorpsraad-beekendonk.nl](mailto:info@dorpsraad-beekendonk.nl)) of LEV Laarbeek

([sociaalteamlaarbeek@levgroep.nl](mailto:sociaalteamlaarbeek@levgroep.nl)).

Liever telefonisch contact? Bel met Suzan de Koning, dorpsondersteuner op 06 19502192.



## De hobbyfotograaf



Marjon Bouw verraste ons met een winterlandschap in Beek en Donk.

## Op 6 januari Driekoningen.

Maar wat houdt de feestdag in, wie waren de Drie Koningen en wat is het verhaal erachter? De meesten kennen de namen Balthasar, Caspar en Melchior wel, maar wist u dat er meer dan drie wijzen uit het Oosten zouden kunnen zijn?

Waar is Driekoningen te lezen in de Bijbel?

Alleen [Mattheüs \(Mt 2, 1-12\)](#) spreekt over 'wijzen uit het oosten' die een ster volgden op zoek naar 'de pasgeboren koning der Joden'.

Als geschenken hadden ze goud, wierook en mirre mee.

Ze waren in die zin de eerste pelgrims, de eersten die 'de weg van het geloof' volgden, en de eersten die Jezus echt zagen (vandaar het Feest van de Openbaring genoemd).

Het verhaal gaat dat er een vierde wijze zou zijn, maar hij haalde de stal niet omdat hij steeds armen en hulpbehoevenden wilde helpen onderweg.

Zijn naam zou Artaban zijn.

...



## Ten Blakke: wel en hoe dan, of niet?

Oorspronkelijk is Ten Blakke ontstaan als onderdeel van activiteiten die in de zomermaanden werden georganiseerd voor leden van de vier KBO-afdelingen van Laarbeek, samen met de LEV-groep. Deze activiteiten vonden plaats omdat men de senioren in de vakantietijd graag leuke dingen wilde aanbieden. In de loop van de jaren gingen de mensen steeds vaker op vakantie en werd de behoefte daaraan steeds minder. Het enige wat van al deze

activiteiten van toen is overgebleven, is de seniorenmiddag Ten Blakke.

Dit evenement wordt begin augustus gehouden in het Openluchttheater Mariahout met als traditie dat het Seniorenorkest de middag muzikaal inleidt. De formule is nu dat er twee bekende personen uit de omgeving worden uitgenodigd voor een gesprek met presentator Henrie Bouwmans waarna het publiek ook vragen mag stellen. Tevens treedt er een artiest of groep op als entertainment.



De bezoekersaantallen lopen echter al jaren terug, met als dieptepunt afgelopen jaar dat in het kader stond van 75-jarig bestaan Openluchttheater. Bij de evaluatie heeft de Seniorenraad daarom voorgesteld de leden van de vier afdelingen naar hun mening te vragen. Willen zij dat Ten Blakke nog doorgaat en zo ja, met dezelfde formule of in een andere vorm?

Daarom aan u de vraag: wat vindt u ervan? Ten Blakke wel en hoe dan, of niet?

Graag horen wij uw mening hierover zodat we deze kunnen doorgeven aan de organisatie.

U kunt uw ideeën hierover kwijt aan onze secretaris Francien Vereijken (tel. 0492 463860) of via e-mail:

[seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com](mailto:seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com).

Bij voorbaat hartelijk dank!



## Stichting Seniorenraad Laarbeek

De Seniorenraad Laarbeek is begin 2000 tot stand gekomen in samenwerking met de vier KBO-verenigingen van Laarbeek n.l.: Aarle-Rixtel, Beek en Donk, Lieshout en Mariahout. De Stichting Seniorenraad fungeert tevens als KBO Kring Laarbeek.

Het bestuur van de stichting bestaat uit een door het bestuur vast te stellen aantal leden van ten minste acht bestuurders, bestaande uit de KBO-voorzitters van de vier kernen van Laarbeek,

aangevuld met een bestuurslid uit elke kern. Voor Seniorenvereniging Beek en Donk hebben Mariëtte Frijters, Francien Spit (zij is tevens sinds kort penningmeester) en George van Issum zitting in het bestuur.

Het doel van de Stichting Seniorenraad is: de zelfstandigheid, de maatschappelijke integratie en het welzijn te bevorderen van alle senioren in haar werkgebied.

De Stichting Seniorenraad Laarbeek probeert dat doel onder meer te verwezenlijken door het signaleren van tekorten en problemen die het welzijn en het welbevinden van de senioren in het werkgebied van de stichting bedreigen. Daartoe neemt ze initiatieven om in tekorten te voorzien en problemen op te lossen, en te functioneren als overlegorgaan en gesprekspartner voor de gemeente Laarbeek over aangelegenheden die de senioren betreffen.

De Seniorenraad werkt samen met en wordt ondersteund door de LEV-groep.

Activiteiten die door de Stichting Seniorenraad Laarbeek jaarlijks worden gehouden zijn normaal gesproken: Bedevaart naar Handel, Besturendag, Bedevaart Mariahout, Dag van de Ouderen, Ten Blakke en de Filmcyclus.

1 februari staat er een overleg gepland met de gemeente. We houden u graag op de hoogte.

## Nieuws website

Steeds vaker maken wij gebruik van de website om actueel nieuws van de vereniging naar buiten te brengen. Dit doen wij dan samen met publicaties in de MooilaarbeekKrant en Omroep Kontakt. In het Bedonkske lukt dat niet meer vanwege het feit dat dit een keer per maand uitkomt. Daarom is het goed om regelmatig op de website te kijken. De belangrijkste zaken staan op de voorpagina. Wij hopen in 2022 weer wat meer activiteiten te kunnen organiseren, zodat regelmatig nieuws daarover hier te zien is.

<https://www.seniorenverenigingbeekendonk.nl/>

Kijk ook regelmatig op onze website in de agenda: deze wordt wekelijks aangepast.

<https://www.seniorenverenigingbeekendonk.nl/onz-agenda/>

**Hulp bij computergebruik (PC, Laptop, Tablet, Mobiele telefoon etc.)**

In december waren er nog 2 inlopen, de laatste is op 28 december. Wij merken dat door de lockdown veel vragen opkomen, die het beste opgelost kunnen worden tijdens een gesprek bij de inloop. Voor andere problemen: mobiele telefoons, foto's opslaan op computer, videobellen (is weer actueel), laptops, ipads, apps en windows kunt u gerust langskomen.

Kom naar de inloop elke 2 weken. Kijk even in Het Bedonkske of op de website:

<https://www.seniorenverenigingbeekendonk.nl>

### **HULP nodig? Kom naar de inloop!**

Hebt u hulp nodig bij computergebruik (PC, Laptop, Tablet, Mobiele telefoon etc.)?

**Peter Vogels** Tel.: 06 30375665

e-mail: [pcevogels@gmail.com](mailto:pcevogels@gmail.com)

**Martien Wagelmans** Tel.: 06 58839366

e-mail: [martien\\_w@hotmail.com](mailto:martien_w@hotmail.com)

**Leo van Sinten** Tel.: 0492 462106

e-mail: [leo\\_van\\_sinten@hotmail.com](mailto:leo_van_sinten@hotmail.com)

Informeert u even naar eventuele onkosten.

## De Rabo Clubactie

De Rabo ClubSupport actie is ook dit jaar weer een groot succes geworden. Vanaf begin oktober hadden leden van de Rabobank de kans om hun stem uit te brengen op zijn/haar favoriete vereniging.

Seniorenvereniging Beek en Donk bedankt **Rabo Helmond-Peel Noord** voor haar financiële bijdrage van **€ 531,34** en dankt iedereen die de afgelopen weken op ons gestemd heeft.

Met deze bijdrage kunnen wij ons bestedingsdoel realiseren.



U kunt hier de video bekijken door te klikken op deze link.

<https://www.rabo-clubsupport.nl/helmond-peel-noord/resultaten/details/151409-seniorenvereniging-beek-en-donk?hash=g3QHZC8i>

Met vriendelijke groet,  
Organisatie Seniorenvereniging Beek en Donk

## Welkom bij Seniorenvereniging

Vanaf november hebben zich als nieuw lid aangemeld:

Dhr. Harry Kroon

Mevr. Chantal van Thiel

Mevr. Ria Megens-Coppens



We hopen dat jullie je snel thuis zullen voelen en wensen jullie veel plezier met de diverse activiteiten van de Seniorenvereniging Beek en Donk!

## Lidmaatschap



We blijven u uitnodigen nieuwe leden aan te brengen: iedere 50-plusser in Beek en Donk is van harte welkom bij onze vereniging.

Wie zich daar nog te jong voor voelt, kan toch met een gerust hart lid worden, al is het maar uit solidariteit met alle Beek en Donkse senioren.

Collectieve belangenbehartiging staat hoog in ons vaandel!

Het lidmaatschap voor 2022 blijft € 21,75. De contributie voor nieuwe leden na 1 juli is € 10,85. IBAN: NL 92 RABO 0112 0961 58 t.n.v. Seniorenvereniging Beek en Donk. Opzegging lidmaatschap: schriftelijk vóór 1 december 2021 bij de secretaris: Francien Vereijken, Kerkstraat 56, 5741 GL Beek en Donk.

E-mail:

[seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com](mailto:seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com).

Bij haar kunt u zichzelf (of een ander) ook aanmelden als nieuw lid of een adreswijziging doorgeven. Bij voorkeur per e-mail! Als nieuw lid ontvangt u een handig opvouwbaar tasje, ook als u een nieuw lid aanmeldt.

## Verschijningsdatum Bedonkske in 2022



Nr.	Versijnt op	Kopij binnen op
2	24 januari	14 januari
3	21 februari	11 februari
4	28 maart	18 maart
5	25 april	15 april
6	23 mei	13 mei
7-8	27 juni	17 juni

## Van de redactie

Gelukkig hebben we deze keer weer een hobby van onze leden. Ook een verzameling is een leuke hobby? Kent u iemand? Laat het ons weten. We kunnen u met de tekst helpen.

### Bestuur:

Voorzitter: Mariëtte Frijters-Klijnen; tel. 06 15962783

Penningmeester: Francien Spit-van Brussel; tel. 0492 462046

Secretaris: Francien Vereijken-v/d Boogaard; tel. 0492 463860

Lid: Ad de Fost; tel. 0492 462862

Lid: George van Issum; tel. 0492 463208

Lid: Peter Vogels; tel. 06 30375665

Lid: Marion van Oosterom; tel. 06 15065728

### Kopij voor Bedonkske

Ingeborg Westerbeek, Rogier Monicxlaan 18, e-mail: [ingeborgwesterbeek@gmail.com](mailto:ingeborgwesterbeek@gmail.com)

### Adresverandering/overlijdensbericht

Doorgeven aan het secretariaat: Kerkstraat 56, 5741 GL Beek en Donk. Francien Vereijken: email: [seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com](mailto:seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com)

**Zieken?** Is u bekend dat een lid van de Seniorenvereniging in het ziekenhuis ligt of langdurig ziek is, laat het dan even weten aan Marietje van der Rijt, [mvanderrijt@msn.com](mailto:mvanderrijt@msn.com) Lijsterlaan 80; tel. 0492 464233.

Namens de Seniorenvereniging stuurt zij dan een kaart.

### Bezorging Magazine Ons/Bedonkske:

Ad de Fost, Goudsbloemstraat 6; tel. 0492 462862

**Tip:** Bewaar het Bedonkske tot het nieuwe blad verschijnt! (In de week van 24 januari 2022.)

## Puzzel van de maand december

Stuur het antwoord naar het secretariaat, want u kunt een bloemenbon van €10,- winnen! Per adres max. 1 oplossing. Na loting onder de goede oplossingen krijgen de winnaars bericht. De oplossing vóór maandag 13 januari sturen naar het secretariaat: Kerkstraat 56 of per e-mail: [seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com](mailto:seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com).

**Oplossing nummer december:**  
Vogeltrek.

**Prijswinnaars december:**

Mevr. Hannie van Duinkerken  
Mevr. Toos van der Linden

**Tip, leuk en/of belangrijk om te weten:**  
Wilt u het Bedonkske digitaal ontvangen?  
Dat kan!  
Geef dat door aan Bert van Oosterom:  
[bertvanoosterom7@gmail.com](mailto:bertvanoosterom7@gmail.com).



## Agenda wekelijkse activiteiten

Alle activiteiten worden gehouden in het Ontmoetingscentrum in Beek en Donk, tenzij anders is aangegeven.

Dag	Activiteit en plaats	Tijd	Contactpersonen	Telefoon
Maandag	Wandelen 1-5, 7 en 10 km <b>Waterpoort</b>	9.00-11.15 uur	Gerda en Henk Berkers	tel. 0492 784238
	Beweegtuin 'Hart voor elkaar' <b>Waterpoort beweegtuin</b>	10.15-11.15 uur	Gerda en Henk Berkers	tel. 0492 784238
	Koersballen	14.00-16.00	Gerda en Henk Berkers	tel. 0492 784238
Dinsdag	Yoga op stoel	10.30-11.30 uur	R. Donkers	tel. 06 20932434
	Seniorenkoor bij <b>v.d. Burgt</b>	13.30-15.30 uur	P. Hamelijnc	tel. 0492 462081
Woensdag	Nordic walking	10.00 uur hoofdingang Waterpoort		tel. 0492 784238
	Fitness <b>Sportcentrum</b>	11.00-12.00 uur		
	Biljarten <i>Dames en heren</i>	13.00-17.00 uur	J. Kerkhof	tel. 0492 462073
	Tafeltennis Zaal ' <b>Oude Molen'</b> <b>Otterweg</b>	9.00-11.00 uur	Stefan Hamelijnc	tel. 06 55196436
Donderdag	Wandelen 1-5, 7 en 10 km <b>Waterpoort</b>	9.00-11.15 uur	Gerda en Henk Berkers	tel. 0492 784238
	Beweegtuin 'Hart voor elkaar' <b>Waterpoort beweegtuin</b>	10.15-11.15 uur	Gerda en Henk Berkers	tel. 0492 784238
	Samen fietsen	Vertrek: 9.30 uur Heuvelplein	Rien en Nellie Hendriks Stien van Duijnhoven Angeline Klessens	tel. 06 25588494 tel. 0492 468675 tel. 0492 462092
Vrijdag	Dansen 't Buitenbeentje	09.30-11.00 uur	Wilma Sniijders	tel. 06 25244033
	Fitness <b>Sportcentrum</b>	11.00-12.00 uur		



