



Bedonkske Beek en Donk

Seniorenvereniging Beek en Donk



Magazine voor en door leden van Seniorenvereniging Beek en Donk nr. 10 oktober 2022

Voorwoord

Beste leden, lieve mensen,

Onze inloop is weer begonnen en was meteen erg gezellig en druk, mede omdat er tickets werden verkocht maar natuurlijk ook omdat we elkaar wilden ontmoeten na de vakantieperiode.

Deze maand hebben we een succesvolle educatieavond mogen houden over osteoporose (botontkalking) waarna we met veel nuttige informatie weer naar huis gingen. Fijn dat er zo'n grote opkomst was want dat verdient dit onderwerp zeker. Ook de lezing over pathologie was een voltreffer.

Samen met Francien Vereijken bezocht ik drie leden die al 25 jaar lid zijn. Dat werden heel bijzondere bezoeken waarover u in deze uitgave meer kunt lezen. Als Seniorenvereniging zijn we erg dankbaar dat zij, ondanks dat ze op leeftijd zijn en vaak niet meer (kunnen) deelnemen aan onze activiteiten, toch lid blijven en daarmee ons (en KBO-Brabant) blijven steunen.

Onze eigen Biljartvereniging het Bedonkske gaat deze week weer met de competitie beginnen, eindelijk, want door de verbouwing van het Ontmoetingscentrum is de start enkele weken later dan gepland. De biljarts zijn inmiddels verplaatst naar de locatie van de voormalige bibliotheek, die nu in de Huiskamer is gevestigd.

Ik zou zeggen: gaat u eens kijken hoe het Ontmoetingscentrum is geworden na de verbouwing want het is er zeker gezelliger op geworden. Het is ook bedoeld voor alle inwoners van Beek en Donk, dus het zou fijn zijn elkaar ook daar regelmatig te treffen.



Uw voorzitter,
Mariëtte Frijters

Vooruitblik(ken)

Dinsdag 27 september	Inloop Waterpoort
Donderdag 29 september	'Kennismaken met Klassiek'
Vrijdag 7 oktober	Openbare volksdansochtend in Ontmoetingscentrum
Woensdag 12 oktober	Dag van de Ouderen
Maandag 17 oktober	Digitaal nalatenschap op het internet
Donderdag 20 oktober	Kunstlezing Gustav Klimt Ontmoetingscentrum
Woensdag 9 november	Marcienne, kerst- en wintermodeshow
Maandagmiddag 12 december	Bloemschikken

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



Overleden

3 september: Mevr. Lien Kuipers-de Ridder, 85 jaar

7 september: Dhr. Toon van Berlo, 88 jaar

14 september: Dhr. Evert Baring, 88 jaar

Blog (door Tonny Jacobs-Pothof)

Tonny's blog van deze maand kunt u vinden op onze website:

<https://www.seniorenverenigingbeekendonk.nl/files/2022/09/Hallo-beste-mensen-11-9-2022.docx>

Stoelyoga



Ik ben Lieselotte Bekkers en ik heb de yogalessen van Liset Paulussen overgenomen. Liset heeft een prachtige, vitale en heel enthousiaste groep achtergelaten en ik ben heel dankbaar dat ik deze groep les mag geven.

In het begin was het voor de meesten wel even wennen, want ik geef weer anders les dan Liset. Maar wat wel meteen merkbaar was voor iedereen, is dat je even helemaal tot rust komt, helemaal relaxt, ontspannen en dat is weer top voor de algemene gezondheid.

Ontspannen, rust in je hoofd, krachtig en soepel.

Mijn oefeningen komen uit de Chinese Yoga. In China is het heel normaal om iedere dag deze oefeningen te doen, omdat ze echt je gezondheid versterken.

De oefeningen zijn vloeiend en eenvoudig om uit te voeren en voor iedereen toegankelijk. Of je nu artrose, reuma of een versleten rug hebt. De oefeningen gaan jouw ongemakken verzachten. Je wordt er heel relaxed van en ondertussen versterk je jouw lichaam.

We doen oefeningen voor de gezondheid van je organen, o.a. je darmen optimaliseren en zorgen dat je longen genoeg lucht krijgen. De oefeningen zorgen ervoor dat je soepel blijft en krachtig. We masseren onze ruggengraat en nog veel meer. En vooral zorgen de oefeningen voor een goede

doorbloeding van heel je lichaam en krijg je extra energie.

Ik vind het geweldig om te zien dat we de oefeningen allemaal samen doen en de stralende gezichten aan het eind van de les zeggen voor mij genoeg. Ik geniet er enorm van.

Heb je belangstelling?

Voor informatie en het reserveren van een proefles kunt u terecht bij de contactpersoon: Rian Donkers: riandonkers@live.nl. Tel: 06 209 32 434

Dinsdag Stoelyoga 10:30 uur tot 11:30 uur in 't Ontmoetingscentrum in Beek en Donk. Hartelijke groetjes, Lieselotte Bekkers.

Volksdansen, iets voor u?

Iedere vrijdagochtend komen een aantal dames bijeen in het Ontmoetingscentrum Otterweg 27 hier in Beek en Donk om daar onder deskundige en zeer enthousiaste leiding van een ervaren dansdocente volksdansen proberen onder de knie te krijgen.



Het zijn originele volksdansen uit bv. Turkije, Griekenland, Macedonië, Engeland, Israël en ook Nederland, maar het allerbelangrijkste is dat we op een ontspannen en plezierige manier lekker bezig zijn met ons lijf maar ook ons brein is tevens actief bezig om de geleerde pasjes op te slaan.

Op vrijdag 7 oktober is er een openbare dansochtend waar ieder die interesse heeft eens kan komen kijken en/of uitproberen of dit iets voor hem of haar is.

De ochtend is van half 10 tot 11 uur in een zaal in het Ontmoetingscentrum met een kwartiertje koffiepauze waarin u natuurlijk ook een lekker kopje koffie of thee krijgt aangeboden.

Hopelijk zien wij u op **vrijdag 7 oktober van 9.30 uur tot 11.00 uur** in een zaal van het Ontmoetingscentrum. Volksdansgroep Beek en Donk. Voor inlichtingen: **Wilma Sniijders, tel. 0625244033.**

De hobbyfotograaf

Marjon Bouw heeft altijd wel een paar mooie foto's voor het Bedonkske. Hier een impressie van **Herfst.**

De verschillende gezichten van de herfst.



Zonnige blauwe lucht.



En grijze nevel.

Ook kregen we van Lenie Huijbers twee bijzondere vakantiefoto's.

Deze foto is gemaakt in Thüringen. Hier werd een wedstrijd schapen drijven gehouden. De

schapendrijver/-hoeder zie je hier in originele kledij.



En een foto van het straattheater op Sicilië. Prachtig uitgedoste acrobaten.



Jubilarissen blij verrast



U heeft er al over kunnen lezen in de MooiLaarbeekKrant maar de bezoekjes van Francien (Vereijken) en mij aan onze jubilarissen (alle drie 25 jaar lid) waren zo bijzonder dat ik dat met u wil delen. Hierbij treft u ook de foto's aan. Mevr. Haeve was de eerste waar we op zaterdag 3 september aanbelden: zij zat aan de koffie met

haar zoon en wachtte op de hulp die haar zou aankleden. (Daarom begrijpelijk geen foto van haarzelf). Ze kent fysiek nogal wat beperkingen maar is desondanks positief: ze kan zelfs skypen voor een beter contact met haar zoon in Thailand. Ze had nog nooit een oorkonde mogen ontvangen en nu dan alsnog.



Bij mevr. Reynen liepen we meteen naar haar tuin: ze was er terecht heel trots op en vooral ook op haar stekjes. Gedroogde koffiedrab uitstrooien voor een groen gazon, gaf ze ons nog als tip mee. Ze is altijd bezig met van alles en nog wat. Bijzonder trots is ze ook op de verzameling memorabilia van haar naamgenote Koningin Wilhelmina.

Zo vief heb ik zelden een 90-plusser gezien!

Het derde bezoekje was bij Theo van der Aa: jarenlang pastoor bij de Boerenbruiloft. Zijn vrouw had het eten al klaar dus veel tijd was er niet maar duidelijk was wel dat ze samen nog volop genoten want de koffers stonden gepakt voor een vakantie naar België!

Wat een genot om dit te mogen doen.

Mariëtte

Bridge

Voor mensen die belangstelling hebben om kennis te maken met het bridgespel bestaat hiervoor de mogelijkheid.

Daarnaast wordt er een vervolgcursus gegeven voor mensen die de beginselen van het bridgespel al hebben mogen ervaren.

De eerste bijeenkomst is woensdag 12 oktober a.s. van 13.00 tot 15.00 uur en vindt plaats in de Huiskamer van de Waterpoort.

Voor verdere informatie en opgave kun je contact opnemen met Hannie Somers, tel. 06 29158679.



Kerst- en Wintermodeshow 2022



Woensdagmiddag 9 november.

Seniorenvereniging Beek en Donk gaat opnieuw naar Marciëne in Heinsberg, Kirchhoven voor de Kerst- en Wintermodeshow.



In deze tijd van het jaar is de wereld heel even een sprookje. Verrassend, magisch, sprankelend, fonkelende lichtjes, mooie muziek..... alles omgetoverd in een fantastische kerstsfeer. Geniet van de prachtige modeshow waarin een stijlvolle en feestelijke collectie gepresenteerd zal worden. (Alvast kijken naar de website:

<https://www.marciene.de/show/?lang=nl>)

Daarna is er gelegenheid om **geheel vrijblijvend** te shoppen in de boetiek van Marciëne. Kortom, een leuke ontspannen middag in een prachtige kerstsfeer.

U wordt ontvangen met koffie/thee en gebak en ook vindt er een loterij plaats.

Wanneer: Woensdagmiddag 9 november

Tijd: 13.30 uur, parkeerplaats

Ontmoetingscentrum, Otterweg 29

Thuiskomst: ca. 19.15 uur

Kosten: € 9,00 p.p.

Aanmelding: Mail:

seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com

met naam, adres en telefoonnummer.

De kosten à € 9,00 p.p. kunnen worden overgemaakt op bankrekeningnummer NL92RABO 0112 0961 58

onder vermelding naam en omschrijving: Marciëne 9 november.

Heeft u geen email mogelijkheid, vraag of iemand anders voor u een mail wil versturen of neem contact op met het secretariaat.

Vol is vol!

Ben ik er tóch ingetrapt!

Een gewaarschuwd mens telt voor twee en tegenwoordig word je er aan alle kanten aan herinnerd: trap niet in mooie 'bankpraatjes'. En tóch ging het mis.

Een telefoontje van een aardige mevrouw die zei namens de bank te bellen. Ook na meerdere keren vragen of dat echt zo was, beaamde ze dat. Het wantrouwen veranderde in vertrouwen en er werd volledig meegegaan in wat de lieve mevrouw vertelde wat er gedaan moest worden: naar de computer gaan en gegevens invullen die de bank zogenaamd nodig had en een bedrag van ettelijke duizenden euro's overmaken. Als in trance werd het door de gedupeerde gedaan. Toen het gebeurd was, kwam het besef dat het niet klopte: wat heb ik gedaan?? Hoe is het mogelijk dat ik er tóch ben ingetuind? Ik, die altijd zo nuchter ben en gedacht had dat dit mij nooit zou gebeuren.

Er werd meteen aan de bel getrokken bij de bank en gelukkig was na een paar dagen het geld weer teruggestort.

Moraal van dit verhaal: blijf altijd alert op (internet)oplichters, het kan iedereen gebeuren!

Toevoeging:

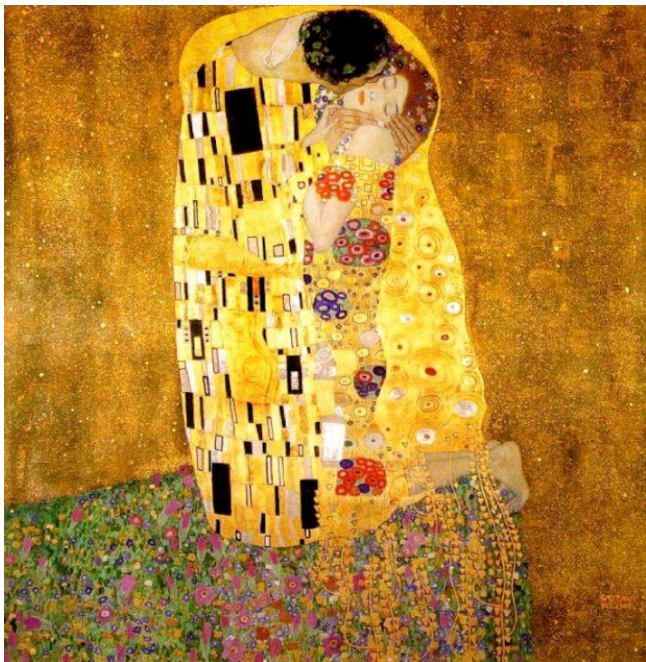
Via de techniek die 'spoofing' wordt genoemd, is het mogelijk dat uw telefoonscherm een ander nummer laat zien dan het nummer waarmee een

beller eigenlijk belt. Op die manier kunnen oplichters u het nummer van de bank laten zien, zodat het net lijkt alsof u écht door uw bank gebeld wordt.



Serie kunstlezingen start op 20 oktober

Hij kwam uit Wenen, de wereldberoemde schilder Gustav Klimt (1862-1918). Het werk van Gustav Klimt is allesbehalve *Wiener Lustigkeit und Heiterkeit*. Nee, is eerder kijken naar 'listen' in plaats van lusten en zelfs naar een vleugje pornografie.



Misschien is Gustav Klimt wel de meest populaire schilder van de 20^e eeuw, populairder dan Picasso, Dali, Warhol of Beuys en wordt vaak toegepast in de reclamewereld. Klimt steekt wat de commercie betreft veel van zijn collega's naar de kroon. De belangrijkste oorzaak daarvan is de vrouw die hij steeds afbeeldt. De typische Klimt-vrouw. Wie was zij? Klimt keek naar de vrouw. Hij



zag haar als een zelfstandig en puur zinnelijke verschijning met genot en pijn, met leven en met dood. Hij was een begaafde schilder, maar daarnaast psycholoog en een analyticus van de ziel, te vergelijken met Sigmund Freud. Maar ging het bij Freud over de menselijke ziel, bij Klimt gaat het bijna uitsluitend over de vrouwelijke ziel in al haar verschijningsvormen van de frisse 'girl next door'. Waarom wilde Klimt deze ideeën op zijn doeken openbaar maken? Gebruikte hij de vrouwengestalte als een symbool?

Ger Jacobs neemt u mee naar het roerige Wenen van het einde van de 19^e eeuw.

Graag tot 20 oktober, in het Ontmoetingscentrum. 14.00 uur. Leden betalen € 5,-, en niet leden € 6,50. Dit is inclusief een kopkoffie of thee.

Mantelzorgers, onzichtbare helden

Het belooft dit jaar weer een leuke en gezellige bijeenkomst te worden op 10 november, de dag van de mantelzorg! We zullen deze dag een gezellig samenzijn organiseren bij het Ontmoetingscentrum in Beek en Donk. Alle geregistreerde mantelzorgers, zullen hier een persoonlijke uitnodiging voor ontvangen.

Wil jij je laten registreren als mantelzorger en bij de bijeenkomst zijn? Neem dan contact op met Nancy Laurensse van LEVLaarbeek via 06-34165118 of nancy.laurensse@levgroep.nl.

Mantelzorgwaardering 2022

Je kunt de mantelzorgwaardering nog aanvragen tot 14 oktober via

www.laarbeek.nl/mantelzorgwaardering

of haal een formulier op bij de receptie van het gemeentehuis of bij een van de Huiskamers in onze gemeente.

Het Alzheimer café Laarbeek



Dinsdag 11 oktober 2022 Activiteiten om samen te doen.

*Locatie: De eendracht Gemert, St. Annastraat 60
Tijden: De zaal is open vanaf 19.00 tot 21.30 uur.
Het programma start om 19.30 en eindigt om 21.00 uur.
De toegang en het eerst kopje koffie zijn gratis.*

De Boekelse Ria van den Elzen werkt veertig jaar in de zorg, in de eerste jaren als verzorgende en begeleider en ze werkt nu acht jaar als bonus-coach voor mensen met dementie. Ze heeft het afgelopen jaar een boek gemaakt met activiteiten voor en door mensen met dementie. 'Ook al zijn de mensen door hun dementie de activiteit weer vergeten, het plezierige gevoel blijft en nemen ze mee naar huis'. Ria zal komen vertellen over het boek en praktische handvaten geven over activiteiten die je kunt ondernemen met mensen met dementie.

Voor meer informatie kunt u, tijdens kantooruren, contact opnemen met: Nancy Laurensse, tel. 06-34165118, nancy.laurensse@levgroep.nl

Optredens in de 'Gasterij'

12 oktober: Lieholter blaaskapel
27 oktober: Pierre van Dongen
3 november: Visserskoor de Walnoten
24 november: Sonore Blaaskapel

Collectiviteit Verzekering CZ

In het verleden heeft onze kring een collectief afgesloten met zorgverzekeraar CZ. KBO-Brabant heeft een nieuwe collectiviteits-overeenkomst afgesloten met zorgverzekeraar CZ voor 2023. In de Ons komt hierover in november aanvullende informatie.

Welkom bij Seniorenvereniging

Vanaf augustus hebben zich als nieuwe leden aangemeld:



Dhr. Wim van der Heijden
Mevr. Marian van der Heijden- Wernaart
Mevr. Nellie Ketelaars – Bekx
Dhr. Ger Jansen
Mevr. Gerda Jansen- van Mullekom

Informatiebulletin Seniorenvereniging – Bedonkske

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 is € 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 2022 bij de secretaris: Francien Vereijken, Kerkstraat 56, 5741 GL Beek en Donk. E-mail: 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.

Gebruik QR-code bij betalingen

Regelmatig hebben wij lezingen, excursies of andere evenementen waar een eigen bijdrage voor gevraagd wordt. Meestal kunt u dan geld overmaken of contant betalen bij aanvang. Als service willen wij een methode aanbieden die een pinbetaling kan vervangen en veilig is.

Vanaf de eerste kunstlezing op 20 oktober gaan we gebruik maken van een QR-code die gescand kan worden met een mobiele telefoon. Deze mobiele telefoon moet wel de beschikking hebben over een QR-code scanner of een bankieren app bv. de Rabo app. Voor de betaling hebben wij een QR-code klaarliggen die bezoekers dan kunnen scannen. Voor elke betaling is er een aparte QR-Code.

Door een van deze codes te scannen, kun je een betaling doen die direct op de rekening van

Seniorenvereniging Beek en Donk komt. Als je scant met de Rabo app gaat deze automatisch van je eigen rekening af. Bij een QR-code scanner (app op je telefoon) kun je de bank kiezen waar je zelf bij bent.

Hoi, wil je mij € 5,00 betalen voor Lezing Pathologie 15 sep.2022 leden? Dank je wel!
Scan de code met de Camera App op je telefoon.

Deze QR-code is geldig tot 14 november 2022.



<https://betaalverzoek.rabobank.nl/betaalverzoek/?id=vM2qhA-GTF2xINm1Hpxb2A>

Hoi, wil je mij € 6,50 betalen voor Lezing pathologie 15 sept geen lid? Dank je wel!
Scan de code met de Camera App op je telefoon.

Deze QR-code is geldig tot 14 november 2022.



<https://betaalverzoek.rabobank.nl/betaalverzoek/?id=aodiqb2Rrmq-XCjcel0HA>

Omdat dit vrij nieuw is en dit voor ons de eerste keer is, zullen wij dit goed begeleiden en uitleggen bij ontvangst in de ruimte. Mocht je nu al vragen hebben, dan wil ik deze graag beantwoorden: stuur een mail naar pcevogels@gmail.com.

Belangrijke telefoonnummers

- LEV Laarbeek, alle vragen rondom welzijn 0492 328800
- Vrijwillige Hulpdienst en Klussendienst ma, wo en vrij van 9.00-10.30 uur 0492 464289
- Dorpsondersteuner Maartje Keizers 06 41433277; maartje.keizers@levgroep.nl
- Dorpsondersteuner Dirk Hamers (vervanger van Suzan de Koning) 06 14871294; dirk.hamers@levgroep.nl

Bovenstaande QR-codes zijn inmiddels vervallen en kunnen niet meer gebruikt worden. Deze dienden als voorbeeld.

Website

Op onze website publiceren wij berichten over al onze activiteiten die op het programma staan of al geweest zijn. Het is zeker de moeite waard hiernaar te kijken, ook of er iets aan het programma is veranderd. Kijk ook even naar de agenda: deze wordt wekelijks aangepast naar de laatste stand.

Op 17 oktober organiseren we met hulp van Wim de Wijs van SeniorWeb een vervolg op veilig internetten en internetbankieren. Het thema is digitaal nalatenschap op het internet, samen met nog wat andere actuele onderwerpen.

Daarnaast gaan we praktijkvoorbeelden opzoeken van fraude met internet. Deze publiceren we als het kan maandelijks in het Bedonkske, dit om iedereen bewust te maken van de gevaren die op de loer liggen. Mocht u zelf iets hebben meegemaakt of gezien hebben wat de moeite waard is, laat het dan weten.

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

Graag nodigen wij u uit om eens een keer langs te komen bij onze inloop iedere tweede en vierde dinsdag van de maand in de Waterpoort, om uw vraag of probleem te laten bekijken. Mocht u niet altijd langs kunnen komen, dan mag u ook bellen of mailen. Anders kunt u altijd even gezellig een kop koffie of thee komen drinken.

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

Inloop: iedere tweede en vierde dinsdag van de maand.



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

Martien Wagelmans Tel.: 06 58839366

e-mail: martien_w@hotmail.com

Leo van Sinten Tel.: 0492 462106

e-mail: leo_van_sinten@hotmail.com

Informeert u even naar eventuele onkosten.

Bedonkske in 2022



Nr	Verschijnt op	Kopij binnen op
11	24 oktober	14 oktober
12	21 november	11 november

Van de redactie:

Als de redactie bij elkaar komt, bespreekt ze niet alleen wat er in het Bedonkske moet verschijnen. Ook kijken we of er nieuwe rubrieken kunnen komen en welke dat moeten zijn.

We hadden een leuke rubriek: Hobby of passie. Helaas konden we maar met moeite daarvoor iemand vinden. En er zijn zoveel mensen met een hobby of passie! Kent u iemand die misschien te bescheiden is om dat zelf te laten weten dan mag u gerust ons een tip geven. Wij zorgen voor de rest.

Welke nieuwe rubriek kunnen we toevoegen? Bijvoorbeeld: 'Wist u dat'. Maar daar hebben we u voor nodig! Weet u iets wat we kunnen laten weten? Bijvoorbeeld:

Wist u dat

Er een Seniorenjournaal is? Boordevol met informatie voor senioren?

https://www.seniorenjournaal.nl/index.php?page=acymailing_front&ctrl=archive&task=view&id=790&useid=274-RISvUDDI9qW0pr&noheader=1&noheader=1

We wachten uw reactie af.

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,
tel. 06 51054019

e-mail: ingeborgwesterbeek@gmail.com.

Bedonkske digital ontvangen

Bert van Oosterom; tel. 06 39271384

e-mail: bertvanoosterom7@gmail.com

Adresverandering/overlijdensbericht

Doorgeven aan het secretariaat: Kerkstraat 56,
5741 GL Beek en Donk. Francien Vereijken: email:
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 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 oktober 2022.)

Prijswinnaars van de puzzel in september:

Oplossing puzzel september:

Moestuin

Prijswinnaars:

Dhr. Theo van der Zanden

Dhr. Wiebe Rekers

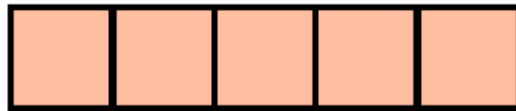
Puzzel van de maand oktober

Een sudoku met een gemiddelde moeilijkheidsgraad.

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 10 oktober sturen naar het secretariaat: Kerkstraat 56 of per e-mail: seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com.

	2			6	3		5	
			9	7		4	8	
		6		8				
2	6							5
	5						9	
8							7	1
				1		7		
	3	2		5	4			
	9		8	3			1	

©www.puzzelpro.nl





Koersbal

Elke maandag van 13.30 tot ±16.00 uur

Start maandag 3 oktober 2022

In de Huiskamer van
de Waterpoort

Ingang aan de
Rubenslaan

Agenda wekelijkse activiteiten

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

Let op: bij twijfel de website raadplegen: www.seniorenverenigingbeekendonk.nl

Dag	Activiteit en plaats	Tijd	Contactpersonen	Telefoon
Maandag	Wandelen 1-5, 7 en 10 km Waterpoort	9.00-11.15 uur	Gerda en Henk Berkers	tel. 0492 784238
	Beweegtuin 'Hart voor elkaar' Waterpoort beweegtuin	10.15-11.15 uur	Gerda en Henk Berkers	tel. 0492 784238
	Koersballen start weer in oktober 2022	13.30-16.00	Gerda en Henk Berkers	tel. 0492 784238
Dinsdag	Yoga op stoel	10.30-11.30 uur	R. Donkers	tel. 06 20932434
	Seniorenkoor bij v.d. Burgt	13.30-15.30 uur	P. Hamelijnc	tel. 0492 462081
Woensdag	Nordic walking hoofdingang Waterpoort	10.00 uur		tel. 0492 784238
	Fitness Sportcentrum	10.00-11.00 uur		
	Biljarten <i>Dames en heren</i>	13.00-17.00 uur	J. Kerkhof	tel. 0492 462073
	Bridgeles Waterpoort	13.00-15.00 uur	Hannie Somers	Tel. 06 29158679
	Tafeltennis Zaal ' Oude Molen' Otterweg	9.00-11.00 uur	Stefan Hamelijnc	tel. 06 55196436
Donderdag	Wandelen 1-5, 7 en 10 km Waterpoort	9.00-11.15 uur	Gerda en Henk Berkers	tel. 0492 784238
	Beweegtuin 'Hart voor elkaar' Waterpoort beweegtuin	10.15-11.15 uur	Gerda en Henk Berkers	tel. 0492 784238
	Samen fietsen	Vertrek: 9.30 uur Heuvelplein	Rien en Nellie Hendriks Angeline Klessens	tel. 06 25588494 tel. 0492 462092
Vrijdag	Volksdansen 't Buitenbeentje	09.30-11.00 uur	Wilma Snijders	tel. 06 25244033
	Fitness Sportcentrum	10.30-11.30 uur		