



Bedankste Beek en Donk

Seniorenvereniging Beek en Donk



Vooruitblik(ken)

12 januari	Samen uit eten
19 januari	Lezing Salvador Dalí, Ontmoetingscentrum
20 januari	Senioren Expo in Veldhoven
15 februari	Educatie: Medipoort
16 februari	Kunstlezing
16 maart	Jaarvergadering

NR. 1 JANUARI 2023

Seniorenvereniging
Beek en Donk

De hobbyfotograaf



Marjon Bouw

Bedonkske in 2023



Nr	Verschijnt op	Kopij binnen op
2	23 januari	13 januari
3	27 februari	17 februari
4	27 maart	17 maart
5	24 april	14 april
6	22 mei	12 mei
7-8	26 juni	16 juni
9	28 augustus	18 augustus

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
e-mail:
seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com

Bezorging Magazine Ons/Bedonkske: Ad de
Fost, Goudsbloemstraat 6; tel. 0492 462862

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 e-mail:
mvanderrijt@msn.com Lijsterlaan 80; tel. 0492
464233. Namens de Seniorenvereniging stuurt
zij dan een kaart.

Tip: Bewaar het Bedonkske tot het nieuwe blad
verschijnt! (In de week van 24 januari 2023.)

Lidmaatschap

Word
lid! »

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 2023 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 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 opvouw-
baar tasje, ook als u een nieuw lid aanmeldt.

De automatische incasso's worden eind januari
2023 afgeschreven.

Vanaf november hebben zich als nieuw lid
ingeschreven:

Dhr. Mathieu Knaapen,
Dhr. André Vogels,
Mevr. Rina Vogels-Klomp,
Mevr. Mia Hoevenaars.



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

Voorwoord

Beste leden, lieve mensen,

Even voor de kerstdagen valt dit nummer bij u in de bus, weer boordevol informatie. U vindt verderop bijvoorbeeld een mooi artikel over onze 90-jarigen, gelukkig een steeds groter wordende groep: ze staan nog positief in het leven en lezen graag het Bedonkske!

We kunnen terugkijken op een heel mooi jaar met veel nieuwe activiteiten, vaak omdat we van u horen dat er belangstelling voor is, soms omdat wij als bestuur denken dat u het leuk zult vinden. Er zijn ook al weer volop plannen voor 2023. We doen in ieder geval ons best om alle leden zoveel als we kunnen te bedienen: voor elk wat wils dus.

Als u dit leest, is de kerstbeleving achter de rug maar op het moment dat ik dit schrijf, nog niet. De 150 beschikbare plaatsen waren snel uitverkocht dus velen van u konden er gelukkig bij zijn. Op deze plaats wil ik graag de woorden met u delen die ik daar aan het slot heb uitgesproken: "Ik wens u als kerstgedachte dat u de liefde naar elkaar mag delen, te luisteren waar nodig en om te zien naar elkaar."

En net zoals het afgelopen jaar, staan wij in 2023 weer voor u klaar!



Uw voorzitter,
Mariëtte Frijters



De hobbyfotograaf

Lenie Huijbers stuurde een foto met tekst die voor zichzelf spreekt.



Blog (door Tonny Jacobs-Pothof)

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

<https://www.seniorenverenigingbeekendonk.nl/files/2022/12/kerstgedicht-voor-blog-2022.pdf>

Overleden

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



22 november:

Mevr. Toos Poulisse- van der Vorst, 87 jaar,

2 december: Dhr. Nico Slaats, 82 jaar,

8 december: Mevr. José Gruyters, 74 jaar.



Op bezoek bij onze 90-plussers

Onze seniorenvereniging heeft vele leden, de oudste is afgelopen jaar 98 geworden en de jongste op de ledenlijst is 58 jaar.

De groep negentigjarigen groeit haast jaarlijks. Afgelopen jaar hebben we er 41 kunnen bezoeken. Waarom juist deze groep bezoeken? Het is vaak lastiger voor een aantal van hen om actief betrokken te zijn bij onze vereniging, maar zij voelen zich nog wel steeds verbonden.

Om nu juist deze verbinding vast te houden gaan wij ze thuis opzoeken. Deze 'verjaardag bezoeken' worden érg op prijs gesteld, merken we. We zijn overal welkom en nemen daar dan ook ruim de tijd voor. Middels een gezellig praatje en een kopje koffie voelen we ons zeer welkom. Vele verhalen en leuke anekdotes worden verteld. Zeker ook over 'vrüger' en hun geleefde levens. Altijd boeiende verhalen vinden wij. Ook omdat we zelf hier geboren of getogen zijn is het extra leuk en herkennen we veel dingen.

Wat ons opvalt is dat deze groep nog erg actief is en positief in het leven staat. Ze willen nog door en dat merken we omdat ze bijna altijd vragen of we volgend jaar nog terugkomen. Wel vaak met het grapje: als ik er dan nog ben, hè.

We hebben een groot aantal van hen gevraagd of ze voor ons op de foto willen. Omdat we met tweeën deze groep bezoeken en Lenie alleen de foto's maakt is deze collage tot stand gekomen. Het is dus maar een klein gedeelte maar zij vertegenwoordigen hiermee de hele groep en wij zijn apetrots op ze. Ook al kunnen ze vaak niet bij activiteiten aanwezig zijn, toch volgen ze de vereniging op de voet d.m.v. het maandelijks blaadje het Bedonkske. Ik lees dat van A tot Z, horen we regelmatig. Zo is er toch een grote wederzijdse betrokkenheid.

Bedankt iedereen voor jullie verhalen en de foto's en tot het komend jaar, daar gaan we van uit!

Groeten van Irene Vogels en Lenie Huijbers.



Kerstmis 2022: RUST.

Dit jaar hoef ik met vrede eigenlijk niet aan te komen.

Die is heel ver weg, we kunnen er alleen maar van dromen...

Tja: wij, gewone mensen, weten wel 'van wanten'.

Maar in Oekraïne woedt de oorlog en in heel veel andere landen
'rammelt het ook van alle kanten'...

En toch gaan we ook dit jaar het Kerstfeest tegemoet.

Ik denk, dat het met veel mensen toch wel wat doet...

Rond de Kerst willen er velen in hun hart wat rust
en er lijken ook wel mensen 'uitgeblust'.

Uitgeblust: door oorlogen, rampen, vernielingen, crises, honger en armoede. Soms, als we hierover nadenken, ontsteken we vanbinnen in woede...

Maar dat zet al helemaal geen zoden aan de dijk.

Daardoor stopt er geen oorlog en voelen mensen zich ook niet verblijd.

Wat moeten we dan wél doen, om in de goede 'flow' te komen?

Gewoon wat rust nemen en vanbinnen toch een beetje gaan dromen,
over hoe het allemaal was en hoe het misschien weer kan zijn.

Rust in je hoofd en in je hart, want dat is gewoon heel fijn.

Een stil gebed komt dan op en we rusten even om aan het gebed extra kracht te geven.
Het zou wat zijn als er toverstokjes bestonden, dan was de vrede zó gevonden.

Maar helaas, we moeten de werkelijkheid onder ogen zien,
en onze medemensen helpen in deze moeilijke tijden bovendien.

Dan komt er rust in ons hoofd en in onze harten
en kunnen we het Kerstkind vol liefde verwachten...

We geven gewoon niet op, we zetten met alles wat we in ons hebben dóór.

Uiteindelijk zijn we daar mensen voor.

'n Klein beetje rust bij dat KIND in de stal.

Dat is mijn wens, en veel liefde in ieders hart bovenal.

Voor iedereen een warm, liefdevol Kerstfeest en voor het Jaar 2023

wens ik vooral in Oekraïne VREDE en voor iedereen EEN GEZOND JAAR!

Tonny Jacobs-Pothof.

Tips & trucs van Wim Maas



In de komende Bedonkskes ga ik u wat tips en trucs geven hoe u op een gemakkelijke en zuinige manier kunt koken.

Aangezien binnenkort de feestdagen er weer aan komen richt ik me

in deze kolom op het diner voor Kerstmis en Nieuwjaar. Voor u in paniek raakt om voor meer mensen dan normaal te koken, wil ik u toch laten zien dat het allemaal niet zo moeilijk hoeft te zijn. Als de kinderen en kleinkinderen het hebben over het lekkerste wat ze ooit gegeten hebben, wordt heel dikwijls verwezen naar de specialiteit van oma (of opa). Door op tijd te beginnen met koken en een uitgekiend menu, moet het voor iedereen mogelijk zijn om een leuk menu op tafel te zetten. En dit begint met de voorbereidingen. Voor de tips: kijk op de site van de seniorenvereniging. Met deze link komt u er rechtstreeks:

<https://www.seniorenverenigingbeekendonk.nl/files/2022/12/kerst-voor-blog-Wim.pdf>



Kienen met een sinterklaastintje

Op maandagavond 28 november werd er voor de tweede keer dit jaar gekiend in het Ontmoetingscentrum. De zaal zat vol met ruim 40 leden van de Seniorenvereniging Beek en Donk. Margit Straatman, getooid met mijter en zus Ingeborg met een pietenmuts, dus geheel in



stijl van het thema van de avond, kwamen al zingend de zaal binnen dus de stemming zat er al meteen goed in. De eerste was weer bereid gevonden om de nummers te

trekken en op te noemen wat haar heel goed afging met af en toe een kwinkslag tussendoor. Haar zus zorgde ervoor dat alles goed terechtkwam op het grote nummerbord. Op alle tafels lagen pepernoten voor het grijpen en de prijzen waren heel divers met als klapper van de avond een geweldig pakket met allerlei heerlijkheden.

Het was een gezellige boel met koffie en thee in de pauze en elke winnaar was blij met zijn of haar mooie prijs. Zie voor meer informatie:

www.seniorenverenigingbeekendonk.nl.

Jaarprogramma 2023: wilt u meedenken of meedoen?

We denken alweer vooruit aangezien het jaarprogramma 2023 van de Seniorenvereniging Beek en Donk binnenkort vastgesteld dient te worden.

Graag willen we van u weten:

- Wat is goed en moeten we zeker behouden?
- Wat wilt u veranderen/ziet u graag anders?
- Hebt u nog tips/ideeën? Wilt u meehelpen bij het organiseren van een activiteit die u leuk vindt? Wij vinden het erg belangrijk dat onze achterban meedenkt en betrokken is en zien uw reactie graag tegemoet via onze secretaris Francien Vereijken

(seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com)

of een briefje in de bus bij Kerkstraat 56).

Een goed gesprek

'In je eentje zitten piekeren, daar schiet je niets mee op...'



Wie heeft behoefte aan een goed gesprek? Naarmate we ouder worden, speelt het verleden een steeds grotere rol. We vragen ons af wat we goed hebben gedaan en wat minder goed. We vinden het lastig om nieuwe contacten te vinden. Of de relatie met de kinderen is moeizaam. We voelen ons dankbaar voor gebeurtenissen in ons leven. Ook kan er spijt of boosheid zijn.

Kortom: we hebben zingevings- of levensvragen. Die kunnen moeilijk bespreekbaar en lastig zijn om mee om te gaan.

Voor dergelijke vragen heeft KBO-Brabant, in samenwerking met andere Brabantse seniorenverenigingen, 'Ons Gesprek' ontwikkeld. U kunt zo'n gesprek aanvragen bij KBO-Brabant. Er wordt dan gezocht naar een goede gesprekspartner voor u:

- ♦ Een gesprek met een opgeleide en ervaren vrijwilliger, die zijn werk zorgvuldig en vertrouwelijk doet.
- ♦ Een gesprek van mens tot mens, dat thuis kan plaatsvinden of bijvoorbeeld bij een wandeling

De gesprekken brengen rust in hoofd en hart, omdat er zonder oordeel geluisterd wordt. Er is ruimte om te praten, gedachten te ordenen en nieuwe inzichten te ontwikkelen.

De gesprekken worden gratis aangeboden en zijn voor alle 50-plussers in Noord-Brabant.

Heeft u behoefte aan een goed gesprek? Neem dan contact op met KBO-Brabant. Bel naar: (073) 644 40 66 of stuur een e-mail naar: info@kbo-brabant.nl o.v.v. 'Ons Gesprek'. Geef dan ook uw telefoonnummer aan, zodat wij u kunnen bellen.



Kunstlezing Salvador Dalí



Op de binnenplaats van het Salvador Dalí Museum in Figueras, staat een oude taxi. Wanneer je een muntje in een gleuf gooit, begint het in de auto keihard te regenen. Een absurd ontwerp van een man met even absurde uitspraken: "Ik begrijp niet waarom men geen taxi's uitvindt die vanbinnen een kunstmatige regeninstallatie hebben, waardoor de reiziger een regenjas moet aantrekken terwijl het buiten mooi weer is". Dalí reageert met zijn regentaxi op de manier waarop de mensheid steeds weer hetzelfde doet en nooit eens wat anders. Hij is een belangrijke vertegenwoordiger van het surrealisme, maar tegelijk ook de meest omstreden kunstenaar daarvan. Na zijn academische opleiding vertrekt hij naar Parijs waar hij in contact komt met Picasso en Breton. Hij sluit zich aan bij de surrealistische beweging,



gebaseerd op droomverklaringen uit de psychoanalyse en paranoïde ervaringen. Hij levert bijdragen aan films van Luis Bunuel en de Amerikanen Alfred Hitchcock en Walt Disney. Hij treedt op in televisieshows in Amerika. Dalí is

een multi talent dat met zijn soms aanstootgevende leven en absurde verbeeldingen steeds weer provoceert en shockeert. Na de Tweede Wereldoorlog keert hij terug naar Spanje. In 1972, nog tijdens zijn leven, wordt in zijn geboorteplaats Figueras het prachtige Dalí Museum geopend. U kunt u daar verwonderen, verbazen, maar ook boos worden over het gekke, fantasierijke en onbegrijpelijke werk van dit Spaanse genie. Seniorenvereniging Beek en Donk nodigt u uit op 19 januari om 14.00 uur in het Ontmoetingscentrum. Dr. Ger Jacobs neemt u dan mee in de wereld van Salvador Dalí. Leden betalen € 5,- en niet-leden € 6,50. Dit is inclusief een kop koffie of thee.

SeniorenExpo ^{19^{de} editie}

Senioren Expo 20 januari 2023

De leukste beurs voor de 50-Plussers in Brabant!

De 19^{de} editie van de Senioren Expo mag u niet missen! De Senioren Expo in NH Conference Centre Koningshof te Veldhoven is de grootste beurs voor 50-plussers in Brabant.

Senioren Expo, een écht een dagje uit!

De Senioren Expo is een complete huishoudbeurs voor de 50-plusser met ruim 150 stands. U vindt er alles over sfeervol wonen en leven, reizen, gezondheid en beweging, hobby en creativiteit. De Senioren Expo is alles voor de 50-plusser onder één dak. Onder het genot van een hapje en een drankje kunt u in een sfeervolle ambiance genieten van optredens van diversen bands, orkesten, koren en artiesten.

Seniorenvereniging Beek en Donk heeft op 20 januari een bus gereserveerd om vanuit Beek en Donk hiernaartoe te gaan. Er kunnen 50 personen mee.

Datum: **vrijdag 20 januari**

Vertrek vanaf Ontmoetingscentrum: 9.00 uur, aanwezig 8.45 uur.

Vertrek uit Veldhoven: 15.00 uur, thuiskomst Beek en Donk rond 15.45 uur.

Kosten entree en bus: € 7,00 p.p. Bedrag vooraf overmaken op NL92RABO0112096158

Aanmelding doorgeven via mail of aan secretariaat, met naam, adres en telefoonnr. seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com

Op de toekomst voorbereid?

De komende jaren verdubbelt het aantal senioren in Nederland, met name in de leeftijdsgroep van 75 jaar en ouder; binnen nu en 10 jaar is 1 op de 8 Nederlanders 75 jaar of ouder, en in 2040 is dat 1 op de 5. Ook zijn er dan ongeveer 3x zoveel 90+ers en 4x meer 100+ers.

Tegen die tijd zijn in alle landelijke gebieden 30% van de inwoners 65 jaar of ouder!

Goed nieuws, wie wil er niet oud worden? We kijken ernaar uit maar denken we er ook over wat het betekent? Hoe leven we straks met elkaar?

Nu werken 1 op de 8 beroepskrachten in de zorg; als er niets verandert, zijn er straks 1 op de 4 nodig. Als je nu al naar de krappe arbeidsmarkt kijkt, gaat dat niet lukken. Afgezien of het te betalen zou zijn.

Hoe leven we dus straks met elkaar? Op veel plaatsen wordt daarover nagedacht. Ook in Beek en Donk is dat nodig. Zijn we als gemeenschap voorbereid, ligt daar een deel van de oplossing? Iedereen krijgt er mee te maken. Kunnen we er ook iedereen bij betrekken? Het samen doen.

Initiatiefgroep Gemeenschapskracht.

Opfriscursus automobilisten 55-plussers van Laarbeek 2023

U hebt waarschijnlijk al vele jaren uw rijbewijs en door ervaring bent u een geroutineerde automobilist(e) geworden. In al die jaren is er het nodige veranderd. Het verkeer is veel drukker en er zijn verkeersregels en verkeerstekens veranderd of bijgekomen. Het kan nooit kwaad om van tijd tot tijd uw rijvaardigheid eens onder de loep te nemen. Daarom organiseert Veilig Verkeer Nederland (VVN), samen met de Seniorenverenigingen/KBO's van Laarbeek en LEV Laarbeek een opfriscursus voor 55-plussers. Deze cursus omvat 3 ochtenden theorie en 1 praktijkonderdeel.

3 ochtenden theorie dat lijkt veel, maar tijdens deze ochtenden wordt het complete

theoriegedeelte van het rijbewijs opnieuw doorgenomen met voorbeelden. Alle nieuwe regels, verkeersborden en situaties komen aan bod. De theorie wordt verzorgd door rijinstructeur Herman Gruyters en Louis Doomernik van VVN Laarbeek.

Tijdens het praktijkonderdeel gaat u in een ontspannen sfeer in uw eigen auto samen met een erkend en ervaren rijinstructeur ongeveer 45 minuten de weg op. De rit wordt met u nabesproken en u krijgt adviezen waarmee u de, vaak ongemerkt ingeslopen, fouten in uw routine kunt verbeteren. Het is dus **géén her-examen** waarbij uw rijbewijs ter discussie staat. De theorie ochtenden vinden plaats op dinsdag 7, 14 en 21 maart 2023 van 9.30u tot 12.00u in MFC de Dreef te Aarle-Rixtel. Het praktijkonderdeel vindt plaats op dinsdag 28 maart op een nader in te plannen tijd en locatie.



Door bijdragen van de Seniorenverenigingen/KBO's en de vier Dorpsraden hebben we de eigen bijdrage laag kunnen houden. Deelname aan deze activiteit kost daarom slechts €12,50 voor leden van de seniorenvereniging/KBO en €15,00 voor niet leden. Bij bevestiging van uw deelname wordt kenbaar gemaakt hoe u de bijdrage kunt voldoen, dit hoort u uiterlijk 3 februari.

Wanneer u belangstelling heeft voor deze opfriscursus kunt u zich **tot 1 februari** aanmelden bij de inloop van uw plaatselijke Seniorenvereniging/KBO of via mail seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com.

Er kunnen slechts 42 mensen aan deze unieke cursus deelnemen, dus meldt u snel aan!

Dé Maaltijdservice

Al sinds 2008 verzorgt Dé Maaltijdservice de bezorging van maaltijden aan huis in alle vier de kernen van Laarbeek en op het eetpunt in het Buurthuis in Mariahout. Bent u niet meer in staat dagelijks te koken en wilt u uw

mantelzorgers niet extra belasten, kijk dan wat Dé Maaltijdservice voor u kan betekenen.

Dé Maaltijdservice bezorgt met Laarbeekse vrijwilligers koelverse maaltijden aan huis. Dit



zijn vers gekookte maaltijden die gepasteuriseerd worden en na levering nog minimaal 14 dagen houdbaar zijn in de koelkast.

U verwarmt de maaltijden in de magnetron. Wekelijks heeft u een keuze uit 75 verschillende maaltijden die bereid zijn met rundvlees, kip of gevogelte, varkensvlees of

vis. Er is ook een ruime keuze aan vegetarische maaltijden en maaltijden met een extra hoog eiwitgehalte. Zoutarme maaltijden en andere diëten zijn ook verkrijgbaar. U bepaalt zelf hoeveel maaltijden u per week wil bestellen.

De gemeente Laarbeek heeft met Dé Maaltijdservice een kortingsregeling afgesproken tot wel 37% korting per maaltijd. Hebt u als alleenstaande minder dan € 1348 of als samenwonenden minder dan € 1826 netto per maand, dan komt u waarschijnlijk voor deze regeling in aanmerking. De kortingsregeling wordt door Dé Maaltijdservice verzorgd en direct met u verrekend.

Belangstelling?

Hebt u belangstelling? Meld u dan aan bij Dé Maaltijdservice, telefoon 0478-745074. Te bereiken van maandag tot en met donderdag van 9.00 -13.00 uur en van 13.30 tot 15.00 uur of rechtstreeks bij Marie-Louise Wijnen, telefoon 06-22566778. Zij maakt dan een afspraak met u om thuis in alle rust, eventueel samen met uw kind of mantelzorger, de werkwijze uit te leggen. Het verplicht u tot niets. Twijfelt u, géén probleem, bel en u wordt vrijblijvend geïnformeerd!

Wist u dat

.... U op kerstavond voor € 9,50 een diner kunt krijgen en mensen kunt ontmoeten

.... Dat u met uw inbreng mee kunt beslissen over de activiteiten

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 Suzan de Koning
06 19502192; suzan.dekoning@levgroep.nl

- Financiële hulp: Nathalie Ansems

06-48532893;
nathalie.ansems@levgroep.nl

Samen uit eten 12 januari 2023

Het is zover, we gaan met z'n allen uit eten zoals aangekondigd in het vorige Bedonkske. Inmiddels heeft een aantal mensen laten weten dat ze graag mee willen gaan. Het is voor ons de eerste keer, dus willen we het ook goed gaan aanpakken. We gaan naar restaurant De Reiger in Zijtaart, een gerenommeerd restaurant. Zij



staan erg goed bekend in de wijde omstreken. Er is veel keuze in de menu's en deze zijn goed betaalbaar naar de huidige maatstaven. Kijk zelf even op de website

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

Kijk op de dinerkaart onder seniorenmenu. U mag zelf alvast een keuze maken. Wij hebben een afspraak gemaakt voor **donderdag 12 januari 2023 om 18:00 uur**. Om er op tijd aan te komen, willen wij uiterlijk 17:40 uur vertrekken uit Beek en Donk. Opstapplaats volgt. Graag horen wij wie er wil rijden want we hebben een paar auto's nodig om iedereen mee te nemen.

Wat betreft de kosten:

Seniorenmenu volgens de kaart € 24,95.
Extra kosten voorgerecht (als er geen soep maar een ander voorgerecht wordt genomen) € 2,50.

Kosten vervoer: chauffeur per auto krijgt € 2,- p.p. van de medepassagiers, rechtstreeks te betalen aan de chauffeur.

Drankjes zijn niet inbegrepen en dienen zelf afgerekend te worden.

Als u mee wilt gaan, kan dit door een betaling te doen voor menu-1 of menu-2.

1. Seniorenmenu met soep als voorgerecht
€ 24,95.

2. Seniorenmenu met ander voorgerecht
€ 27,45.

Mocht u andere afwijkende wensen hebben die kosten met zich meebrengen, dan dient u deze zelf te betalen, samen met de drankjes.

Graag overmaken op onze rekening vóór 5 januari 2023:

NL92RABO0112096158 ten name van
Seniorenvereniging Beek en Donk.

U kunt zich nog aanmelden zolang er plaats is want vol is vol.

Van de redactie:

Een Bedonkske met een nieuwe beginpagina, een voorblad zodat het geheel een professionelere uitstraling krijgt. Wat vindt u ervan? Laat het ons weten, want het blad is er voor u.

De redactie wenst u fijne decemberdagen en een goed begin van 2023. Tot ziens bij een van onze activiteiten.

Website

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

Graag nodigen wij u uit om eens een keer langs te komen om uw vraag of probleem te laten bekijken. Mocht dat niet lukken, dan mag u ook bellen of mailen. Anders kunt u altijd even gezellig een kop koffie of thee komen drinken.

<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

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.

Prijswinnaars puzzel in december:

Oplossing puzzel december: Egelnest

Prijswinnaars:

Dhr. Henk van de Boomen,
Mevr. Gonnie Koenders.



Puzzel van de maand januari

Een woordzoeker 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 vrijdag 10 januari 2023 sturen naar het secretariaat: Kerkstraat 56 of per e-mail:

seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com.



Kerstpuzzel 2022

BEEKENDONK
DECEMBER
DINER
DONKER
ENGELN
EZEL
FAMILIE
GEBORTE

GEZELLIGHEID
HERDERS
HULST
KAARS
KERSTBOOM
KERSTKAART
KERSTMIS
KERSTSLINGER

KERSTPEL
KERSTVERHAAL
KONINGEN
KRIBBE
LEONARDUSKAPEL
LICHTJES
MARIA
MICHAELKERK

NIEUWJAAR
PIEK
SAMEN
SENIOREN
SNEEUW
VREDE
WIEROOK
WINTER

L	I	C	H	D	I	E	H	G	I	L	L	E	Z	E	G
E	N	R	F	R	E	G	N	I	L	S	T	S	R	E	K
T	B	E	A	P	R	L	K	R	E	T	N	I	W	N	K
U	K	B	M	S	N	E	K	E	R	S	T	S	P	E	L
T	O	M	I	A	R	P	N	A	R	L	J	R	R	R	E
K	O	E	L	R	S	A	A	I	S	S	E	S	W	O	A
R	R	C	I	M	K	K	A	T	D	K	T	Z	E	I	E
M	E	E	E	N	T	S	N	K	N	V	R	M	E	N	L
O	I	D	K	S	G	U	E	O	E	Z	O	E	I	E	I
O	W	H	R	L	L	D	D	R	D	L	O	I	N	S	C
B	G	E	W	H	E	R	H	E	I	N	B	G	D	V	H
T	K	R	U	I	R	A	A	J	W	U	E	I	N	R	T
S	N	D	E	H	A	N	H	E	K	L	G	K	T	E	J
R	N	E	E	L	I	O	E	C	E	U	W	E	E	D	E
E	J	R	N	A	N	E	G	N	I	N	O	K	A	E	S
K	R	S	S	T	S	L	U	H	P	M	A	R	I	A	B

Oplossing

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	Contact- personen	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. Hamelijnck	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 Hamelijnck	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		

