

Bedanktske Beek en Donk

Seniorenvereniging Beek en Donk

Vooruitblik(ken)

4 februari	Seniorencarnaval
14 februari	Excursie Lavans Helmond
15 februari	Educatie: Medipoort
16 februari	Lezing Shonibare
16 maart	Jaarvergadering
30 maart	Vier de lente. Gezellige middag!
13 april	Uitstap Supersenioren
19 april	Marcienne

NR. 2 FEBRUARI 2023

Seniorenvereniging
Beek en Donk

De hobbyfotograaf



Lenie Huijbers

Bedonkske in 2023



Nr	Verschijnt op	Kopij binnen op
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
10	25 september	15 september

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 digitaal 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 27 februari 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
aankleden 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. De automatische
incasso's worden eind januari 2023 afgeschreven.
Als nieuw lid hebben zich aangemeld:

Dhr. Harrie Raaijmakers,
Mevr. Corrie Schulte-Slaets,
Dhr. Cor Wilms,
Mevr. Mary Wilms- Satter,
Mevr. Riet Endevoets,
Dhr. Gerrit Swinkels,
Mevr. Ans Swinkels- Peters,
Dhr. Jan de Wit.



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,

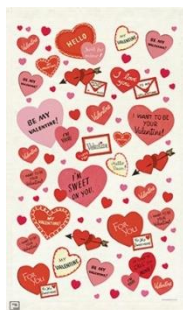


Voor de carnavalsliefhebbers onder u: 4 februari kunt u helemaal in de stemming komen bij de Ganzendonckse Seniorenmiddag waarvoor een mooi programma is samengesteld. Verderop leest u er alles over.

Het 'samen gezellig uit eten gaan' was een succes en gaat daarom zeker voortgezet worden. We zijn dan ook blij dat er zich vrijwilligers hebben gemeld die dit mee willen organiseren. Dat is precies onze bedoeling want het is fijn als we op deze manier werkgroepjes kunnen vormen en de bestuursleden kunnen ontlasten.

Als bestuur hebben we inmiddels ook gekeken naar de mogelijkheid voor meerdaagse reizen. Dat is wel een dilemma: ga je voor all-in (met een prijskaartje) of ga je voor een veel goedkopere reis waar dan nog van alles bij komt? Daar zijn de meningen over verdeeld maar laat ons gerust weten hoe u erover denkt. Wist u dat u gratis het boek 'Trots op Laarbeek' kunt ophalen? Het is zeer de moeite waard.

Ook in dit Bedonkske een artikel over Gemeenschapskracht oftewel 'Omzien naar elkaar'. Van harte beveel ik de avond op 6 maart bij u aan waarop we met dit thema aan de slag gaan. Erg belangrijk want ik hoor vaak mensen zeggen: 'Wie gaat er voor ons zorgen als wij dat nodig hebben?' Daar moeten we met zijn allen nu al over nadenken.



Uw voorzitter,
Mariëtte Frijters

De hobbyfotograaf

Door Marjon Bouw werd deze foto als impressie gestuurd.



De Leonarduskerk die wordt verbouwd tot appartementen werd tijdens de inloopmiddag druk bezocht.

Blog (door Tonny Jacobs-Pothof)

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

<https://www.seniorenverenigingbeekendonk.nl/files/2023/01/Hallo-beste-mensen-nr.-2-2023.-1.docx>

Overleden

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



28 December: Mevr. Nolly Penninx- Bekx ,
88 jaar.

4 Januari: Mevr. Pleun Leenders- Borsboom,
81 jaar.





Mevr. Schepers-Donkers



Mevr. van Moorsel-Bouw



Dhr. Verhagen



Mevr. Grimm



Mevr. Swinkels



Dhr. Bouwmans



Mevr. van der Weijst-Spierings



Mevr. van Maaren-Steenbergen



Mevr. Gruijters-
Missot



Mevr. Marinussen-
van Oort



Dhr. Verschuren



Mevr. van Vlerken-
Heesakkers

We hoorden dat de namen van de foto's over de 90-plussers niet goed te lezen waren. Daarom hebben we ervoor gekozen de foto's met namen nogmaals af te drukken.

MEDIPOORT

Educatie: Medipoort

Educatie Medipoort heeft diverse specialisten en therapeuten die u kunnen begeleiden.

In beweging blijven zorgt voor een fitter en gelukkiger leven, passend bij de senioren van nu.

Wanneer we ouder worden verliezen we spierkracht. Dagelijkse activiteiten zoals wandelen, fietsen, opstaan uit de bank, boodschappen sjouwen en traplopen zijn minder vanzelfsprekend.

Voordat we het weten, verliezen we mobiliteit en zelfredzaamheid met alle gevolgen van dien voor onze gezondheid, sociale contacten, mentale conditie en ons slaappatroon.

Aan de slag gaan en kennis hebben over bijvoorbeeld gezond bewegen, gezonde voeding, mentale kracht en ook gezond ademen, leveren een positieve bijdrage voor behoud van supersenioriteit. Wie wenst zich nou niet een vitaal leven met minder medische zorg en wie wil niet lang én gelukkig zelfstandig kunnen blijven wonen? En hier hebben we ook deels zelf invloed op.

In Medipoort zitten diverse specialisten en therapeuten die u ondersteuning, programma's en behandeling kunnen bieden.

Wilt u uw kennis vergroten over dit thema en weten waar u terecht kunt voor goede begeleiding? Kom dan naar de informatieavond op donderdag 15 februari.

Aanmelden graag vóór 6 februari via seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com.

Het belooft een interactieve en informatieve avond te worden voor dé senioren van nu.

Bridge in De Waterpoort

Wie wil dat nu niet, een gezellig samenzijn en tegelijkertijd op een ongedwongen wijze het mooie spel bridge (leren) spelen!

Dit alles kan vanaf vrijdag 20 januari a.s. in De Waterpoort.

Deze plaats staat bekend om haar huiselijke sfeer, waar mensen elkaar ontmoeten en een praatje kunnen maken. En wat is er mooier dan in deze sfeer gezellig met elkaar een potje bridge te spelen.



Concept

Tijdens een wekelijkse inloopmiddag op vrijdag kunnen mensen met enige kennis van het bridgespel, maar ook mensen die het spel willen leren spelen, elkaar ontmoeten en dit mooie spel samen spelen. Er zal geen sprake zijn van een competitieverband en daardoor is het toegankelijk voor iedereen. Of je nu alleen komt, of als paar, er is plek voor iedereen!

Bij binnenkomst zullen de tafels worden ingedeeld en zal de middag verder onder de bezielende begeleiding staan van Hannie en Rian Somers. Zij staan onder andere klaar om vragen over het spel te beantwoorden. Maar niet alleen Hannie en Rian kunnen dit doen, je mag je vraag ook gewoon voorleggen aan je medespelers.

Sociale aspect

Het sociale aspect is de rode draad! Omdat er geen vaste tafelindeling is en je iedere week kunt kennismaken met andere tafelleden, wordt het bridgespel gecombineerd met een gezellig samen zijn.

Doordat er vragen gesteld kunnen worden zal het niet stil zijn, maar dat is juist waar we naar op zoek zijn. Een praatje hoort er bij! En niet alleen tijdens het spel, ook na afloop bestaat er nog de mogelijkheid om gezellig na te kletsen onder het genot van een drankje.

Dus ben je een liefhebber van het bridgespel en wil je dit spel buiten competitieverband in een ongedwongen, gezellige sfeer spelen? Loop dan vooral binnen!

Waar? De Waterpoort ingang aan de Rubenslaan tegenover de Beweegtuin.

Wanneer? Wekelijks vanaf vrijdag 20 januari 2023

Hoe laat? Van 14.00 uur tot 16.00 uur.

Kosten: 2 euro (inclusief koffie of thee).

Voor meer informatie kun je contact opnemen met Rian Somers via 06-29158679.

Henk Vlemmings (89) nu pas van school!

Het was ons ter ore gekomen dat Henk Vlemmings op basisschool 't Otterke nog vrijwilligerswerk deed maar dat hij er nu noodgedwongen mee gaat stoppen. Zijn streven was om dat komend jaar te doen als hij 90 wordt maar zijn gezondheid laat dat helaas niet toe.



Hij werkte ruim zeven jaar als vrijwilliger op deze school die zo ongeveer recht tegenover zijn woonplek staat. Hij is daar begonnen nadat zijn vrouw overleden was en hij meer vrije tijd ter beschikking had. Hij had altijd al als conciërge op verschillende basisscholen in het dorp gewerkt en vond het fijn weer meer onder de mensen te zijn.

Het werden twee vaste dagen en zo nodig op afroep om allerlei karweitjes uit te voeren, zoals het opbouwen van podia, verzorgen van koffie, kopietjes maken, pleisters plakken, boodschappen doen en het repareren van fietsen van de kinderen. Hij heeft dit bijna acht jaar gedaan en voelde zich altijd erg gewaardeerd.

De kinderen spraken hem met 'meneer Henk' aan, maar er waren twee uitzonderingen en dat waren zijn achterkleinkinderen, die mochten 'opa Henk' zeggen.

Op 23 december heeft hij een mooi afscheid gehad met de kinderen en collega's van de school. Hier eindigt voor Henk dan een belangrijke periode in zijn leven en hij gaat nu van zijn vrije tijd genieten. 'Die vrije tijd zal ook wel weer ergens mee opgevuld worden, want écht stilzitten kan ik nog niet', zegt ie.

Bedankt voor dit gesprek en nog veel geluk in de toekomst, Henk.

Tips & trucs van Wim Maas



Op de eerste plaats wens ik jullie en jullie dierbaren een geweldig en gezond 2023. Ik ga in deze rubriek wat tips en trucs geven om op een voordelige manier de

lekkerste stoofpotten te maken. Verder nog wat tips hoe je het beste vers vlees kan bewaren. Door op deze link te drukken komt u bij mijn nieuwsbrief op de site van de senioren vereniging. Ik hoor graag van u als er nog vragen zijn zodat ik er in een van de volgende nieuwsbrieven aandacht kan besteden.

<https://www.seniorenverenigingbeekendonk.nl/files/2023/01/Wim-Maas-feb-2023-stoofpotten.docx>

Nooit te oud om de liefde te vinden, maar hoe?

De liefde vinden via een briefje in de supermarkt is als wachten op het winnende lot in de loterij: die kans is héél klein. Soms lukt het via een toevallige ontmoeting in het echte leven, maar die verhalen zijn schaars. Anno 2023 zijn er snellere routes naar succes en die gaan voornamelijk via de digitale snelweg.



Tegenwoordig richten verschillende datingsites zich specifiek op 50-plussers.

Zo krijgt www.50plusmatch.nl bijvoorbeeld het Keurmerk Veilig Daten van de Consumentenbond en dat is toch een tamelijk geruststellend idee. www.ourtime.nl is vooral populair onder 60- en 70-plussers. Beide sites vragen een kleine bijdrage, maar dat is het waarschijnlijk dan ook wel waard.

De allerbeste matchmakers zijn en blijven echter vrienden en familie. Een ding is zeker: romantiek heeft geen houdbaarheidsdatum!

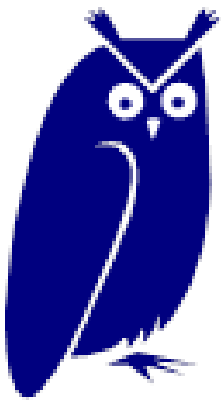
Optredens Gasterij 19.00 uur:



2 februari BBC Blaasorkest
15 februari Carnavalsavond
2 maart De Souvenirs
23 maart Fam. v.d. Broek



Nieuws van de 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 heeft de afgelopen maanden niet stil gezeten en is regelmatig bij elkaar gekomen om allerlei belangrijke onderwerpen te bespreken.

Zo was Stan Hendriks, buurtsportcoach en verbonden aan Laarbeek Actief (en daarmee ook aan Vitaal Laarbeek) uitgenodigd voor het project Doortrappen dat inmiddels landelijk is uitgerold en dat de Seniorenraad ook graag ziet in Laarbeek. We willen toch allemaal dat we veilig kunnen blijven fietsen?

Ook de Dag van de Ouderen is geëvalueerd, was er een afvaardiging bij de Algemene Ledenvergadering van KBO Brabant, wordt de opfriscursus voor automobilisten weer opgestart en vond er een overleg plaats met de gemeente. Daarin was bijvoorbeeld aandacht voor de openbare toiletten in onze gemeente: er wordt meer bekendheid aan gegeven en er wordt gekeken naar uitbreiding, wellicht op het Piet van Thielplein. Ook de ontwikkeling van Franciscushof had de aandacht: daar wordt een klankbordgroep voor opgezet. Omdat de Seniorenraad ook graag direct bij Wonen betrokken wil zijn, wordt er gekeken of er aangeschoven kan worden bij het overleg wat daarover met wethouder Van de Berkmortel en de vier dorpsraden gaat plaatsvinden. Afgesproken in het overleg met de gemeente is ook dat het proces wordt bekeken van de cliëntondersteuning, ouderenadviseurs en activerend huisbezoek. Verloopt dit wel zoals het zou moeten?

Het was een zeer constructief overleg maar vanwege de personeelsbezetting op dit moment, kon wethouder Slaets helaas geen tijdspad geven voor de verschillende onderwerpen. De Seniorenraad houdt uiteraard de vinger aan de pols! En om af te sluiten nog een goed bericht: er is een nieuwe secretaris te begroeten in de persoon van Ger Wunderink. Hopelijk voelt hij zich snel thuis bij de Seniorenraad. Hij is in elk geval van harte welkom.

Excursie wasserij Lavans 14 februari

Het is alweer een tijd geleden dat er een excursie heeft plaats gevonden maar nu is het dinsdag 14 februari toch zover. We gaan naar wasserij LAVANS in Helmond. Lavans is niet zomaar een wasserij maar werd afgelopen jaar gekozen tot beste wasserij ter wereld! Deze wasserij wast niet alleen kleding maar verhuurt ook bedrijfskleding en speciale kleding voor o.a. ziekenhuizen en bedrijven waar stofvrije bedrijfskleding vereist wordt. Ook kun je er kleding leasen, waarbij Lavans de bedrijven die met hen in zee gaan totaal ontzorgt. Wij worden deze dag verwacht omstreeks 12.30 uur en worden ontvangen met een kopje koffie of thee voor een rondleiding door het bedrijf door Jos Lenssen, marketingmanager bij Lavans.



Als deelnemer wordt u om 12.00 uur verwacht op het parkeerterrein bij het Ontmoetingscentrum bij de appeltjes. Deelname kost €1,50 maar let op, wees er snel bij want er kunnen maximaal 25 personen deelnemen en vol is vol. U dient hiervoor het deelnemers strookje in te vullen en dit uiterlijk 5 februari, tegelijk met het inschrijfgeld, in te leveren in een gesloten enveloppe bij **Anke de Wit**, Schoolstraat 9 in Beek en Donk. (Het strookje vindt u achter in dit Bedonkske.)

Trots op Laarbeek

Misschien hebt u het al gezien of gelezen: er is een prachtig boek verschenen naar aanleiding van het 25-jarig bestaan van Laarbeek met de titel 'Trots op Laarbeek'.



Elk van de vier kernen heeft zo zijn eigen pareltjes, sfeer en aard. Dat kun je ook terugvinden in de evenementen en verenigingen die typisch zijn voor dat dorp.

In dit boek stippen de auteurs een groot aantal hoogtepunten aan: van landschap, erfgoed, bedrijvigheid tot en met cultuur en sport. Er is ook aan de inwoners gevraagd waar zij het meest trots op zijn en dat is bij elk thema vervat in een top-5 of top-10. Er staan mooie citaten in over hun favoriete plek, product of evenement in Laarbeek.

Het is zeer de moeite waard!

Het boek is gratis op te halen bij het gemeentehuis of in het Ontmoetingscentrum.

Thema-avond 'Omzien naar elkaar'

Op 6 maart a.s. is er een thema-avond 'Omzien naar elkaar'. De Seniorenvereniging Beek en Donk en de Initiatiefgroep Gemeenschapskracht van Coöperatie Tot uw Dienst willen dan samen

met u nadenken en met elkaar spreken over de toekomst van het samen leven.

Of zoals hoogleraar gezondheidseconomie Marcel Canoy in het FD zegt: 'Zorgminister mevrouw Helder zou in plaats van dat het in de ouderenzorg allemaal minder en digitaal wordt, moeten zeggen: we gaan sociale netwerken verbreden en zorgzame gemeenschappen opbouwen.' Dichter bij huis zegt onze burgemeester in zijn nieuwjaarswens: 'Kijk een beetje naar elkaar om.'

Dat is allemaal niet voor niets. De komende jaren verdubbelt het aantal senioren, met name in de leeftijdsgroep 75 jaar en ouder. Dat geldt ook voor Beek en Donk. Het gevolg hiervan is dat het beroep op zorg en ondersteuning sterk zal toenemen.

Hoe kunnen we dat regelen als nu al blijkt dat er onvoldoende geschikte woningen zijn voor senioren, dat er een tekort is aan verpleeghuisplaatsen, dat de herstell zorg vanuit het ziekenhuis steeds meer in de thuissituatie moet plaatsvinden en de thuiszorg wordt teruggebracht naar puur noodzakelijke zorgmomenten?

Al met al ontstaat er een lastige situatie, waar wij als senioren zelf veel meer en vooral ook tijdig over moeten gaan nadenken.

Wilt u daaraan meedoen en zelf de regie houden, meld u dan aan voor de thema-avond 'omzien naar elkaar' op 6 maart a.s. in het Ontmoetingscentrum. Die begint om 19.30 uur en duurt tot ongeveer 21.30 uur met in de pauze een kopje koffie of thee. Aanmelden, graag vóór 23 februari, kan via

seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com.

Goed op de toekomst voorbereid? Meld u aan!



Vrijwillige Hulpdienst LEV Laarbeek



Je hebt praktische hulp nodig en er is niemand in je omgeving die je hiervoor kan vragen. De vrijwilligers van onze hulpdienst helpen je dan graag bij:

- vervoer voor het doen van je boodschappen;
- vervoer naar bijvoorbeeld een broer, zus, vriendin, hobby club, ziekenhuis enzovoorts;
- kleine klussen in en om het huis;
- begeleiden van ouderen of van mensen met een fysieke of verstandelijke beperking;
- oppas, ter ontlasting van mantelzorgers.

Het gaat altijd om kleine hulpvragen. De hulp is soms éénmalig, maar kan ook voor een langere periode worden aangevraagd.

Voor wie?

De hulpdienst is vooral bedoeld om mensen te helpen om zo lang mogelijk zelfstandig te blijven wonen. Er een oplossing is én als we een geschikte vrijwilliger beschikbaar hebben. Wanneer je geen hulp nodig hebt, maar je wat eenzaam voelt en graag eens een praatje maakt, dan kun je je aanmelden bij ons [Maaties project](#). Voor alle hulp geldt dat die alleen gegeven kan worden als er geen andere mogelijkheden zijn.

Kosten en verzekering

Voor de diensten wordt een kleine onkostenvergoeding gevraagd.

Per klus wordt een prijsafsprake gemaakt (vanaf € 2,50).

Als er sprake is van vervoer, vraagt de vrijwilliger een kilometervergoeding van € 0,30 per kilometer. De vrijwilligers zijn tijdens hun werkzaamheden verzekerd via de Vrijwilligerspolis.

Informatie en aanvragen hulp:

Telefonisch spreekuur op maandag, woensdag, vrijdag van 9.00-10.30 uur 0492 46 42 89.

Email : vhdlaarbeek@levgroep.nl

Kunstlezing over Yinka Shonibare.

Yinka wie?

Misschien nooit van gehoord, of mogelijk enkele jaren geleden gezien bij zijn tentoonstelling in de Helmondse Kunsthal. Dat was een unieke expositie want zijn beelden zijn te bewonderen in bijna alle grote



musea voor moderne kunst over de hele wereld. Hoort Museum Helmond daar bij? Eigenlijk wel, want de beelden van Shonibare zijn aangekleed met Vliscostoffen 'made in Helmond'. Voor mensen uit Helmond en omgeving was het een soort van thuiskomen. Maar de Vliscostoffen zijn toch bedoeld voor schorten en doeken en voor jurken van prachtige Afrikaanse vrouwen en later lopen er mannequins mee op catwalks in de wereld.



Maar in een museum, dat is even wennen. Shonibare ontwerpt installaties met mensen gekleed in Vliscostoffen met scènes uit schilderijen, uit de geschiedenis of de religie.

Hij toont zich een criticus van onze tijd. Yinka Shonibare is een Afrikaanse kunstenaar uit het postmoderne kunstcircuit. Hij werkt keihard, maar laat zich gelijktijdig zien als een opgetutte Victoriaanse dandy die zich met gemak en dedain laat fotograferen omringd door blanke



dienstbodes. Een andere keer zie je hem gedistingeerd gekleed in een mooi bruin pak om zich te laten interviewen. In Londen leidt hij een atelier met tientallen medewerkers. Hij is het middelpunt van vele

bewonderaars. Prettig eigengereid laat hij zich alle aandacht welgevallen, waarbij de gasten aan zijn lippen hangen. Hij is het prototype van de hedendaagse postmodernist en de tegenhanger van de stereotype gekwelde kunstenaar die op een koud zolderkamertje woont en daar alle frustratie verdrinkt met een fles slechte wijn. De wereld van Shonibare wekt verbazing, bewondering en soms ook afschuw. Het is een wereld die kunsthistoricus Dr. Ger Jacobs in de laatste lezing van dit seizoen gaat toelichten. U bent van harte welkom op 16 februari om 14.00 uur in het Ontmoetingscentrum. Kosten leden € 5,00 en niet-leden € 6.50. Dit is inclusief een kopje koffie of thee.

Samen uit eten zeer geslaagd

Donderdag 12 januari zijn we met 25 enthousiaste mensen bij De Reiger in Zijtaart voor de eerste keer samen uit eten gegaan. We hebben iedereen thuis kunnen ophalen doordat we zes chauffeurs hadden, die ieder een paar mensen meenamen. Hierdoor hoefde niemand in het donker over straat, achteraf maar goed ook want het was erg slecht weer.

Bij de Reiger werden we gastvrij ontvangen door het personeel en kregen we een mooie grote tafel. Onder het genot van een drankje konden we, toen iedereen binnen was, de bestelling plaatsen uit de speciale senioren menukaart. Daarnaast was er een saladebar waar diverse heerlijke salades lagen.



De avond vloog voorbij mede door de vele geanimeerde gesprekken, waarbij menig onderwerp de revue passeerde. Duidelijk is dat dit een hele fijne manier is om contacten te leggen. Op het einde van de avond werd nog afscheid genomen van elkaar en hebben we het personeel bedankt voor de goede zorgen, want het was erg goed verzorgd allemaal.

Tijdens de gesprekken hebben we al over een vervolg nagedacht want wij willen graag hiermee verder. Wij proberen om de twee of drie maanden een etentje te organiseren. Het mooiste is als we dit samen met jullie kunnen doen.

Vandaar dat we een kleine enquête gaan houden om te zien wat de behoefte is. Mochten jullie al ideeën hebben, stuur dit gerust in naar pcevogels@gmail.com of kom naar de inloop op 24 januari en laat het dan weten.

Kijk ook even op onze website voor foto's www.seniorenverenigingbeekendonk.nl.

Lucie en Peter.



Wist u dat...

Wist u dat ... de gemiddelde leeftijd van onze leden 78 jaar is?

En de oudste 98 jaar is?

Wist u dat ... de gemiddelde leeftijd van onze nieuwe leden vorig jaar 72 is?

En de jongste 58 jaar is?

Wist u dat ... het oude Raadhuis ook geopend is als Knus Marie open is?

Ganzendonckse SENIORENMIDDAG

**Zaterdagmiddag 4 februari in Muziekcentrum
Het Anker**

De Teugelders van Ganzendonck organiseren in samenwerking met Seniorenvereniging Beek en Donk een gezellige, carnavaleske middag in muziekcentrum Het Anker aan de Pater Vogelsstraat.

O.a. treden voor u op: Troubadour Gerard van Kol, Tonproater Rob van Elst, Brabantse liedjes met Un bietje Brabants, etc.

Natuurlijk de Dansmariekjes, Gardedans en



Showdans, Prins Luuk XLIX en gekleed gevolg, Boerenpaar Janus en Diel en de muzikale omlijsting door de Ekkermuzikanten o.l.v. Piet Diender.

Start programma: **13.30 uur.**

Zaal open: **13.00 uur.**

Kaartverkoop:

In de vrije verkoop is de prijs per kaartje € 7,50.

Leden van Seniorenvereniging Beek en Donk genieten een speciale prijs van € 5,00 per kaartje.

Let op: Deze kaartjes zijn echter alleen te verkrijgen tijdens de eerstvolgende inloop, op **dinsdagmorgen 24 januari tussen 10.00 uur en 11.30 uur.**

Veel leut op deze middag!

Alzheimercafé Gemert/Bakel, Laarbeek

Het thema van de avond op 14 februari is: Voeding en Dementie en wordt verzorgd door een diëtiste.

De zaal gaat om 19.00 uur open, de toegang is gratis en een kopje koffie wordt u aangeboden door Alzheimer Nederland.

Het programma duurt van 19.30 tot 21.00 uur.

U bent van harte welkom in Cultuurhuis De Eendracht, St. Annastraat 60 in Gemert.

Wilt u meer informatie? Neem dan contact op met Dirk Hamers 06-14871294 of

dirk.hamers@levgroep.nl

BKant (spreek uit 'bekant')

Geert Vogels heeft vorig jaar met mijn band BKant (spreek uit 'bekant') twee dagen gespeeld op het evenement 'Verbinden en Ontmoeten' op kasteel Croy.

Daar waren toen veel mensen van Seniorenvereniging Beek en Donk aanwezig. Er is toen veelvuldig gevraagd wanneer men ons weer eens kon zien en beluisteren. Dat was in september in het Kouwenbergs Kerkje in Aarle-Rixtel, maar vanwege allerlei perikelen is dat optreden verschoven naar 29 januari, 15:00 uur.

Bkant is een zeskoppige Brabantse band die vooral eigen liedjes speelt, in het Nederlands, met zachte g. Melancholiek, kritisch, grappig.

Over leven in Brabant, het ouderschap, vakanties van vroeger, de ideale Kerst die nooit kwam, vrijheid... en meer.

Bkant speelt (semi-)akoestisch. Hun huidige programma heet 'Zandgrond' en bevat liedjes over vroeger en vandaag, over leven en dood en over Brabant en henzelf. Soms weemoedig, soms met een lach, maar altijd origineel

Zie ook: <https://www.bkant-muziek.nl/>

BKant bestaat uit:

- Geert Vogels: zang en gitaar;
- Pierre Prinsen: solo gitaar;
- Willy van Bussel: accordeon en zang;
- Eric de Kogel: basgitaar en zang;
- Ben van de Velde: mondharmonica;
- Jan van Asten: percussie.

Een reactie van een enthousiaste persoon uit het publiek bij de première willen wij u niet onthouden: 'Ik dacht wel dat het leuk zou zijn, maar zo leuk, dat had ik niet verwacht'.



Reacties bij vorige optredens: 'Geweldige teksten', 'Het plezier spat er van af', 'Originele liedjes met mooie taalvondsten erin'. Een enkeling pinkte een traantje weg bij de ode aan een langdurende liefde. Kom kijken en vooral luisteren naar hun programma 'Zandgrond'.

Hierbij ook enige links naar video's van een aantal liedjes:

Delft In De

Regen: <https://youtu.be/pJ475rQeDac>

Vrijheid: <https://youtu.be/ggKp4D6ZqNw>

Er Landt Een Veertje Op De Tafel In De

Tuin: <https://youtu.be/6wvP-7saTGY>

Ben ik er toch ingetrapt

Jawel, hoor Ik die echt wel weet dat je niets voor niets krijgt!

Maar daar kreeg ik een uitnodiging van een goede vriendin. Voor iedereen was het mogelijk om € 500,- te verdienen. En ze vertelde erbij dat het **echt** werkte. Ik wilde haar wel een plezier doen. Ik hoefde slechts naar 5 emailadressen het bestand te sturen. Die had ik wel op voorraad. Maar toen begon het. Na het eerste emailadres had ik al 25%, na het tweede al 50%. Dat schoot lekker op. Tot ik bij 92% kwam. Dan ben je er toch bijna! En ik snapte wel, dat ik misschien een emailadres had dat iemand anders al had gebruikt.



Toen kreeg ik het in de gaten. Het was een soort 'kettingbrief'. Gelukkig was dit redelijk onschuldig. Het kostte wat tijd om iedereen te laten weten dat het spam was.

Maar de waarschuwing voor mezelf was duidelijk: Niets voor niets!

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

Van de redactie:

De nieuwe beginpagina werd vrijwel overal enthousiast beoordeeld als 'professioneel'. Maar zoals bij alle veranderingen waren er terecht ook kritische opmerkingen. Daar zijn we blij mee, want dan kunnen we verbeteringen aanbrengen. Wel binnen onze mogelijkheden natuurlijk. Onze reactie is dan ook: blijf zoveel mogelijk kritische geluiden aan ons doorgeven en wij doen ons best.

De redactie hoopt veel reacties van u te ontvangen, want het blad is er voor u. Tot ziens bij een van onze activiteiten.

Website

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.

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>

Prijswinnaars puzzel in januari:

Oplossing puzzel januari:

Lichtpuntjes warmte en gezelligheid in het nieuwe jaar.

Prijswinnaars:

Fam. J. Bussers,
Dhr. Toon van den Eijnde.

Puzzel van de maand februari

Een Zweedse kruiswoordpuzzel 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 12 februari 2023 sturen naar het secretariaat: Kerkstraat 56 of per e-mail:

seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com.

Valentijnsdag 14 februari



Gedicht van Toon Hermans

Wens,

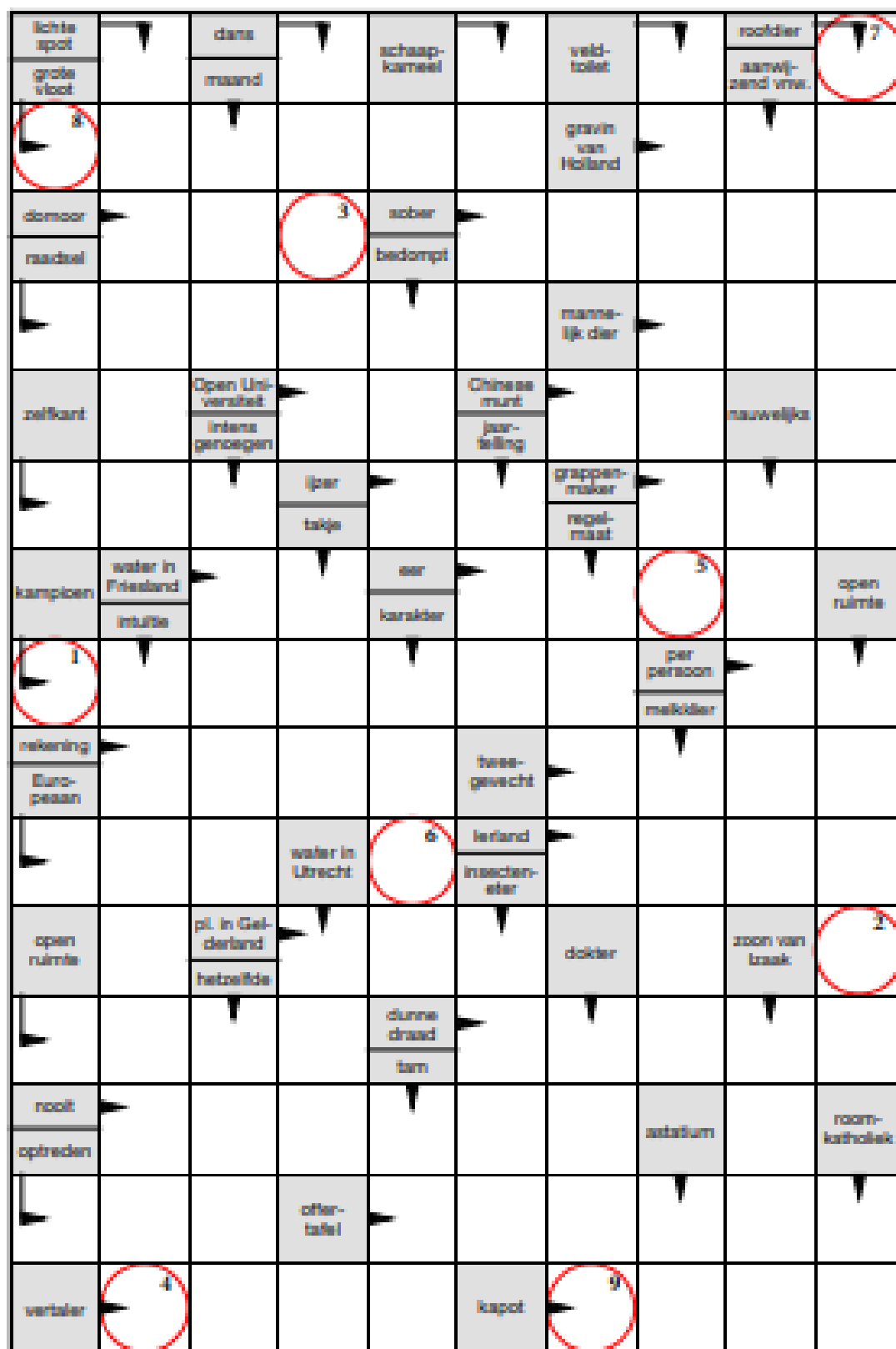
**Valentijn ik wil je vragen
geef ons nog wat van die dagen
dat w'elkaar wat beter zien
as-t-efte-kan een stuk of tien**

**of twintig, veertig, zestig, tachtig
of honderdachtenvijftig, prachtig
tot het er, lieve Valentijn
drie-honderd-vier-en-zestig zijn**

Bovenstaande gedicht werd ingezonden door Lenie Huijbers, ook hobbyfotograaf.

Alvast nog een lentebode van Lenie.





© www.puzzelpro.nl

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



NaamTel.

Komt wel/niet met eigen vervoer en kan personen meenemen. Doorhalen wat niet van toepassing is.
€1,50 met het deelnemers strookje uiterlijk 5 februari inleveren in een gesloten enveloppe bij
Anke de Wit, Schoolstraat 9.

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. Hamelijnc	tel. 0492 462081
Woensdag	Nordic walking hoofdingang Waterpoort		10.00 uur		tel. 0492 784238
	FitnessSportcentrum		10.00-11.00 uur		
	Biljarten, <i>Dames en heren</i>		13.00-17.00 uur	J. Kerkhof	tel. 0492 462073
	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		
	Huiskamerbridge in de Waterpoort		14.00-16.00 uur	Hannie en Rian Somers	tel. 06 29158679