



Bedonkske Beek en Donk

Seniorenvereniging Beek en Donk

Vooruitblik(ken)

13 maart	Algemene Ledenvergadering
20 maart	Marcienne
21 maart	Samen uit eten
25 maart	Bloemschikken
28 maart	Klassieke muziek
3 april	Vier de lente
8 april	Vitaal het jaar rond
10 april	Excursie Leenders
16 mei	Supersenioren

Jaargang 29 NR. 3 maart 2024

De hobbyfotograaf



Karin van den Heuvel

Bedonkske in 2024



Nr	Verschijnt op	Kopij binnen op
04	25 maart	15 maart
05	22 april	12 april
06	27 mei	17 mei
7-8	24 juni	14 juni
9	26 augustus	16 augustus
10	23 september	13 september

Bestuur:

Voorzitter: Mariëtte Frijters-Klijnen,
tel. 06 15962783.

Penningmeester: Francien Spit-van Brussel,
tel. 06-31942514.

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!

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 2024 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 2024 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.

Als nieuw lid hebben zich aangemeld:

Mevr. Thea Blok- Kellner,

Dhr. John Leenders,

Mevr. Diny Leenders-Barten,

Dhr. Christobal Marin Lopèz,

Mevr. Anny Marin – Huttinga,

Dhr. Theo van der Zanden,

Mevr. Silvia van der Zanden – van der Velden,

Dhr. Robert Krijnen,

Mevr. Els Krijnen – Smulders.

We hopen dat jullie je snel thuis zullen voelen bij ons en wensen jullie veel plezier met onze diverse activiteiten.



Voorwoord

Beste leden, lieve mensen,

Deze maand een weekje later het Bedonkske bij u in de bus maar al onze bezorgers zijn gelukkig heel flexibel waarvoor dank! Onze jaarvergadering vindt volgende week, op 13 maart, plaats en we hopen dat er weer veel leden aanwezig zullen zijn. Na de pauze zal Ad van den Broek ons alles vertellen over het interessante en belangrijke leven van de bijen. Afgelopen jaar hebben we zo'n 80 nieuwe leden mogen verwelkomen en daar zijn we uiteraard heel erg blij mee. We gaan dan ook weer een bijeenkomst organiseren om nader kennis met elkaar te maken. In dit nummer ook weer een stukje over de Seniorenraad die onlangs heeft meegepraat over de Omgevingsvisie Kernen waarbij we de stem van alle ouderen in Laarbeek duidelijk hebben kunnen laten horen bij de gemeente. Belangrijk om daar uw belangen naar voren te brengen zoals een prettige, veilige woon- en leefomgeving met voldoende (zorg)-voorzieningen en concrete voorstellen daarvoor te doen. Alle inwoners moeten hier nu en in de toekomst een goed leven kunnen leiden, ook ouderen (met of zonder een beperking of een vorm van kwetsbaarheid). Verder een mooi interview met Joke Hofman die een bijzondere hobby heeft, namelijk quilten. Laat het ons weten als u ook iets interessants te melden hebt: Lenie komt dan bij u langs en laat u graag vertellen over wat u bezighoudt.

Tot slot nog een aanbeveling: de 'Veilig op de fiets dag'. U leest er verderop alles over. Vooral bij vijftigplussers speelt de e-bike een grote rol bij de toename van verkeersongevallen. Gelukkig blijven wij, samen met Fietsvakman van den Berg, de fietshelm en de



buitenspiegel
subsidiëren. Doe er uw
voordeel mee!

Uw voorzitter,

Mariëtte Frijters

De hobbyfotograaf

Onderstaande foto van het oude raadhuis werd gestuurd door Karin van den Heuvel.



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



Overleden

13 Januari: Mevr. Pieta Slaats- Rooijackers, 95 jaar.

30 Januari: Dhr. Harrie Verbakel, 87 jaar.

7 Februari: Dhr. Guus Gijsbers, 80 jaar.

7 Februari: Mevr. Dora Penninx – van den Heuvel, 89 jaar.

Blog (door Tonny Jacobs-Pothof)

<https://www.seniorenverenigingbeekendonk.nl/files/2024/02/Hallo-lieve-mensen-maart-2024.pdf>

Tips & trucs van Wim Maas

Beste lezers en lezeressen

De vorige keer schreef ik erover dat ik u wegwijs wil maken met wat tips en trucs om op een handige maar ook om op een voordelige manier te koken. Ik heb nagedacht over de te gebruiken materialen. Uw inbreng wordt nog steeds zeer op prijs gesteld. Hebt u een goed idee, stuur me dan een mail.

w.maas442@outlook.com

Dit keer wil ik het graag met u hebben over nog meer materialen die je gebruikt in de keuken.

Wat ik de vorige keer schreef over het koksmes geldt eveneens voor een zaagmes. Ook dit mes hoort bij de standaarduitrusting in de keuken.

Misschien het meest gebruikt in de keuken is het schilmesje. Bij de discounter te koop in een blister met 5 mesjes voor € 1,50. Laat deze links



liggen. Na het schillen van een kilo aardappels zijn ze al bot. Bij de winkels voor huishoudelijke artikelen zijn de betere te koop. Ik heb zelf het merk Victorinox. Als je toch een goed mes gaat kopen, schaf dan meteen een aanzetstaal aan. Hiermee kun je de messen scherp houden. Voor mij ook onmisbaar is een dunschiller. Deze zijn in verschillende vormen te krijgen. Investeer ook hierbij voor kwaliteit i.p.v. kwantiteit.

Verder zijn er nog tientallen hulpmiddelen die je kan gebruiken in de keuken. Beperk je tot de meest noodzakelijke materialen. Ga ook hierbij voor kwaliteit i.p.v. goedkope rommel die na een paar keer gebruiken in de keukenla verdwijnt.

De volgende keer laat ik u nog meer zien.

w.maas442@outlook.com

Hobby of Passie

Joke Hofman – Ros; Quilten als grote hobby

Joke, van het westen van Nederland naar het zuiden. Hoe dat zo?



‘Mijn man Rob en ik werkten beiden als psychiatisch verpleegkundige in een Instelling in Noordwijkerhout. Na enkele jaren daar gewerkt en gewoond te hebben, wilde mijn man nieuwe studie aangaan in verpleegkunde. Hiervoor waren we aangewezen op ziekenhuizen en konden daarvoor overal terecht. De huizenprijzen en het vinden van een huis was voor ons in Brabant gemakkelijker en aantrekkelijker en zo kwam Helmond in beeld. Na een aantal jaren in Helmond gewoond te hebben zijn we naar Beek en Donk verhuisd en hier wonen we nu alweer 45 jaar met veel plezier.

Mede door onze kinderen die hier naar school gingen zijn we redelijk snel geïntegreerd in het dorp. Dat vinden we ook belangrijk want deel uitmaken van een dorpsgemeenschap betekent ‘erbij horen’!

Sporten is ook een mooie manier om contacten te leggen, dus dat heb ik gedaan

door lid te worden van Runnersclub Lieshout en door te gaan tennissen.



Nu wandel ik nog met de donderdaggroep van de waterpoort en sport op de sportschool.

Naast sporten had ik ook interesse in het maken van muziek. Ik heb dan ook samen met een aantal dames het Muziekgezelschap ‘Vrouwenband permanent’ opgericht. Een heel fijne groep vrouwen waar veel lief en leed mee is gedeeld.

Helaas is deze club ter ziele gegaan, maar nu ben ik nog lid van het ‘overdag-orkest’ (ODE) o.l.v. Hubert Geurts en ben daar erg blij mee. Deze muziekclubs zorgen ook voor verbinding met de rest van het dorp.

Toch, ondanks dat ik betrokken werd, kreeg ik vaak het gevoel niet helemaal de aansluiting te hebben, omdat ik pas op latere leeftijd hier ben

gekomen. Ik mis dan die jeugdverhalen van waaruit men zo vanzelfsprekend spreekt. Na mijn arbeidzame leven ben ik naar een andere invulling van mijn tijd gaan zoeken. Nieuwe, vooral ándere dingen doen, dat was snel duidelijk. De kledingbank kwam al snel om de hoek kijken en kleinkinderen kwamen eraan. Tegelijkertijd wakkerde de kleinkinderen een hobby bij me aan die in de loop der jaren wat was weggezakt. Het werken met de naaimachine; maar geen kleertjes maken, maar quilten. Dit is het aan elkaar naaien, met de hand of de naaimachine, van kleine lapjes stof. Een mooi speelkleed voor de kleinkinderen, ja dat ging ik doen. Nieuwe naaimachine gekocht, op cursus en ideeën opdoen samen met gelijkgestemden. Het was heerlijk werk waarbij je je gedachte en creativiteit kan laten gaan. Ook arbeidsintensief, nog meer als je met de hand alles aan elkaar zet. Ik ben met een spreid een heel jaar bezig geweest, maar het resultaat mag er zijn! Meestal werk ik volgens patronen, maar soms komt mijn eigen creativiteit ook naar boven. Vaak verrassend hoe het eruit ziet als het werk klaar is. Zeker in de coronaperiode heb ik veel gequilt. Daar is het kleed ontstaan dat op de foto staat. Dit heb ik tentoongesteld in het Oude raadhuis afgelopen december en het was een groot succes. Ik kreeg vele complimenten voor deze 'dikke dames aan het strand'.

Joke, ik was ook buitengewoon verrast door dit doek, vandaar dit interview. Fijn kennis gemaakt te hebben met jou en je creativiteit.



Rob en Joke hebben een zoon die prachtig fotografeert en exposeert. Nu ook weer in het Scheepvaartmuseum in Amsterdam.

<https://www.fotomuseumdenhaag.nl/nl/tentoonstellingen/eiland>.

Groet, Lenie

Workshop bloemschikken

Maandag 25 maart 2024 beginnen we om 13.30 uur in het Ontmoetingscentrum.

De workshop wordt verzorgd door Beppie Nikkelen en Mary Oppers.

Kosten 17,50 euro per persoon

Graag zelf zorgen voor een mesje en/of snoeischaar.

Als je paasversiering in je stuk wilt verwerken, mag je die zelf meebrengen. Voor de rest zorgen wij. Graag zou ik voor 23 maart van je willen horen of je mee doet.

Betalingen moeten naar:

NL89 RABO 0112093302

t.n.v. HW van den Eijnde Rogier Monicxlaan 47



Senioren zeer geïnteresseerd in het onderwerp Levens einde

Op woensdag 24 januari organiseerde Seniorenvereniging Beek en Donk een bijeenkomst in het Ontmoetingscentrum voor alle 50-plussers waarbij mevrouw Ria Kamp, consulente bij de Nederlandse vereniging voor het vrijwillig levens einde (NVVE), een mooie en duidelijke PowerPointpresentatie gaf over het levens einde en alles wat daarmee te maken heeft.

Diverse vormen van levens einde (zoals bijvoorbeeld euthanasie, palliatieve sedatie, geen eten/drinken en behandeling niet starten of stoppen) kwamen aan de orde en de verschillen daartussen waarbij het tijdig nadenken hierover van groot belang is. Daardoor kun je zelf ontdekken wat je wensen zijn en het op tijd bespreekbaar maken bij je naasten en (huis)arts.

Nederland is een van de weinige landen waar artsen euthanasie mogen verlenen: het zelfgekozen levens einde met hulp van een arts. Dan gaat het bijvoorbeeld om een verzoek om je uit je lichamelijk of psychisch lijden te verlossen. Palliatieve sedatie zorgt ervoor dat mensen die bijna overlijden, zo min

mogelijk lijden door medicijnen die het bewustzijn verlagen.

Ook de drie typen wilsverklaringen (met de medische wensen) werden behandeld en het levenstestament dat door de notaris wordt opgemaakt en alle beslissingen op zakelijk gebied bevat. Ook het belang van een volmacht werd duidelijk uitgelegd.

Er was volop interactie met de volle zaal (bijna 70 personen) die in de pauze in de Huiskamer hun koffie en thee kregen geserveerd. Dat was een bewuste keuze omdat zo even wat afstand genomen kon worden van het moeilijke maar belangrijke onderwerp en men er met elkaar even over kon praten. Na een welverdiend applaus voor Ria, ging het publiek tevreden naar huis, zich bewust van wat men te doen stond: als je zelf de regie over je leven in de hand wil blijven houden, moet je op tijd in actie komen.

Voor meer informatie:

seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com.

Vitaal het jaar rond

Op maandagavond 8 april organiseert Seniorenvereniging Beek en Donk in het Ontmoetingscentrum een bijeenkomst met als titel 'Vitaal het jaar rond'. Paulette Kreté, werkzaam bij Remedica (een landelijk georiënteerd communicatiebureau gericht op gezondheid en leefstijl), zal deze avond presenteren. Zij was in november ook al te gast bij Seniorenvereniging Beek en Donk voor 'Positief in het najaar'.

Door middel van verschillende spelvormen gaat men ontdekken waar de vragen en behoeften van de deelnemers liggen op het gebied van medicatieveiligheid, beweging, verzorging en ontspanning. De bijeenkomst wordt gekenmerkt door veel samen doen, afwisselende spelvormen, gezelligheid en natuurlijk actuele en zinvolle informatie op het gebied van zo lang mogelijk vitaal en zelfstandig ouder worden. Uiteraard wordt er voor gezorgd dat ook mensen die minder mobiel zijn de volledige beleving van de voorlichting meekrijgen en kunnen terugkijken op een fijne en waardevolle avond.

Aanmelden stellen we zeer op prijs en kan via: seniorenvereniging@gmail.com.

Inloop vanaf 19.15 uur, start 19.30 uur, koffie/thee in de pauze en afsluiting rond 21.30



uur. Deze educatieavond is voor alle 50-plussers uit Beek en Donk en is geheel gratis. Zie voor meer informatie:

www.seniorenverenigingbeekendonk.nl.

Vitaliteitsdag

De Vitaliteitsdag die Seniorenvereniging Beek en Donk voor de tweede keer gaat organiseren, vindt plaats op maandag 29 april. De volgende keer komt er meer informatie.

Senioren maken kennis met Klassieke Muziek: Tsjajkovski

Op 28 maart van 14.00 uur tot 16.30 uur laat de Seniorenvereniging u kennis maken met klassieke muziek, namelijk met P.I. Tsjajkovski. Tsjajkovski is een van de grootste Russische componisten uit de periode van de Hoogromantiek.

Op zijn 14^{de} overleed zijn door hem aanbeden moeder en zocht hij troost in de muziek.

Hij studeerde aan het conservatorium van St. Petersburg en tegelijkertijd voltooide hij zijn studie rechten op zijn 22^{ste}. Tsjajkovski ervoer Rusland als benauwend, reisde veel maar keerde steeds weer wanhopig naar zijn vaderland terug.

Hij maakte kennis met de rijke weduwe Nadesja von Meck, die zó onder de indruk was van zijn muziek, dat zij hem een vast jaargeld toekende. Hun verhouding bestond alleen op papier en dat beviel Tsjajkovski uitstekend. Er vond nooit een ontmoeting plaats.

Hij trouwde op zijn 37^{ste} met Antonia Miliukova, maar het huwelijk was een ramp en al heel snel verliet hij haar. Wéér zocht hij

troost in de muziek. In deze periode, met verscheidene zenuwzinkingen, schreef hij zijn enige vioolconcert aan het meer van Genève. Aanvankelijk werd dit concert zeer slecht ontvangen, nu is het een van de veel gespeelde concerten door grote violisten. Samen met Bruch, Saint-Saëns en Grieg ontving Tsjaikovski een eredoctoraat aan de



Cambridge Universiteit in Engeland en zo werd ook hij 'Doctor Musicae'.

Na de première van zijn beroemde 6^{de} Symfonie, 'die Pathetische', overleed Tsjaikovski. Zijn doodsoorzaak is eigenlijk nooit helemaal opgehelderd.

Tsjaikovski had allerlei grote problemen: zijn homoseksuele gevoelens vielen heel slecht in die tijd, zijn huwelijk was een ramp en eindigde snel, Nadesja von Meck stopte ineens met de jaarlijkse toelage omdat zij zich mogelijk niet kon verenigen met zijn homoseksuele geaardheid. Er deden allerlei verhalen de ronde. De officiële reden van zijn dood was een besmetting met cholera. Of was hem toch gevraagd om zelfmoord te plegen?

Tsjaikovski was de eerste componist die Rusland een internationaal erkende status van muziekland gaf. Toch was hij ook weer niet een puur Russisch componist want hij sloot zich niet af voor beïnvloeding vanuit het Westen. Zijn stijl is ook zeer gevormd door invloeden van West-Europese componisten als Bellini, Berlioz, Schumann en Liszt.

In tegenstelling tot andere Russische componisten, sloot hij zich aan in de vormen van het Classicisme en de Romantiek van West-Europa. Tsjaikovski had met name grote bewondering voor Mozart. Tsjaikovski's oeuvre omvat grote Orkestwerken, Soloconcerten, Kamermuziek, Symfonieën, Balletmuziek, en Opera's.

Op deze middag worden beroemde werken van Tsjaikovski uitgebreid besproken en beluisterd.

Boudewijn Hopman, violist, neemt u mee in de wereld van Tsjaikovski in een muzikale lezing, ondersteund door diverse muzikale intermezzo's.

Aandacht deze middag o.a. voor: de beroemde Overture 1812, de Rococo-varianties voor cello en orkest, Symfonie Nr. 6 'die Pathetische', vocaal werk naar St. John Chrystomos, en de Slavische Mars.

Kennis maken met Klassieke Muziek, P.I. Tsjaikovski, op 28 maart 2024, 14.00 – 16.30 uur, Ontmoetingscentrum, Beek en Donk. Kosten: € 5.00 voor leden, € 6.50 voor niet-leden, inclusief koffie/thee. Voor meer informatie:

www.seniorenverenigingbeekendonk.nl.

Samen uit eten op 21 maart

bij Pannenkoekenhuis Pluk

Op **21 maart** a.s. gaan we weer 'samen uit eten', na de Italiaan in januari, deze keer opnieuw dichtbij huis. We gaan naar Pannenkoekenhuis Pluk op **21 maart a.s. om 18:00 uur**. Vorig jaar waren we hier ook al en was het een groot succes. Daarom gaan we op herhaling.

Je kunt zelf alvast de menukaart bekijken van Pluk <https://www.pannenkoekenhuispluk.nl/> Mocht je graag mee willen doen en je bent niet mobiel, dan kunnen we je komen ophalen. Dit moet je dan wel even aangeven. Vooraf hoeft je ook geen keuze te maken, want we bestellen gewoon van de menukaart, die erg uitgebreid is. De ervaring is dat dit bij Pluk goed geregeld is. Ook hoeft er vooraf niet betaald te worden dat doen we op het einde van de avond zoals gewoonlijk per tafel.

Je kunt je aanmelden via email (pcevogels@gmail.com) of bij de inloop elke 2^e en 4^e dinsdag van de maand in de Waterpoort. De laatste keer op 12 maart want je kunt je opgeven tot vrijdag 15 maart.

Je mag ook bellen: [06-30375665](tel:06-30375665). Mocht je zelf nog leuke ideeën hebben: laat dit dan weten, dan kunnen wij dit wellicht meenemen in onze keuzes.

Fietst u veilig op de E-bike?

Op deze vraag zullen veel senioren antwoorden: 'ja, natuurlijk' of: 'ik denk het wel'. In Nederland bezit 84,6% van de bevolking een fiets. Nederland is dus een echt fietsland. Maar waar veel gefietst wordt, bestaat ook het risico op meer fietsongelukken. Afgelopen jaar belandden er 88.000 mensen door een fietsongeval op de eerste hulp. Een kwart verongelukt zonder botsing; ze vallen met de fiets door een verkeerde stuurbeweging, slecht wegdek, gladheid of een voet tussen de spaken. Gevolgen van een valpartij kunnen zijn: botbreuken aan de heup, schouder, pols of elleboog, maar ook hersenletsel en ernstige kneuzingen. 50+ers hebben vaker een fietsongeluk en omdat ze lichamelijk kwetsbaar zijn heeft zo'n ongeluk ook grotere gevolgen.

Met een elektrische fiets is het valgevaar groter dan met een gewone fiets, mede omdat een elektrische fiets zwaarder is en men bij stilstand makkelijker valt.

Veelgehoorde oorzaken zijn verder verkeerd remmen, tegen de stoeprand rijden, schrikken van andere fietsers, omkijken vanwege geluid e.d. Ook de snelheid waarmee je rijdt kan een rol spelen, zeker in relatie tot de andere verkeersdeelnemers.

Daarom organiseren de Seniorenverenigingen van Laarbeek, in samenwerking met LEVgroep Laarbeek en Laarbeek Actief, een 'Veilig op de fiets dag' voor alle senioren van Laarbeek.

Wanneer: donderdag 18 april in/bij De Dreef in Aarle-Rixtel. Start om 13.00 uur. (tot 16.30/17.00 uur)

Voor wie: Alle Senioren van Laarbeek die graag gezond en vitaal op de fiets willen blijven.

Wat: Er komen diverse onderdelen aan bod zoals: theorie, techniek, parcours en een fiets route van max 15 km. (Hebt u een helm dan deze graag opzetten).

Welke fiets: wie zelf een elektrische fiets heeft kan hierop fietsen; wie dat niet heeft en het wil proberen, kan dit bij het aanmelden doorgeven, zodat er een fiets geregeld kan worden.

Kosten: € 10,00, incl 2 consumptiebonnen.

Aanmelden: voor 31 maart per mail naar seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com

of bij de Inloop van uw vereniging. Hierbij vermelden: naam, adres, telefoon en e-mailadres (indien beschikbaar) en beschikbaarheid elektrische fiets.

Betaling: Vooraf bij de inloop of bedrag overmaken op rekeningnummer: NL92RABO0112 0961 58 o.v.v. Veilig op de E-bike met uw naam.

'Vier de Lente'

Woensdagmiddag 3 april



Wij luiden de lente in met een vrolijke middag in het Ontmoetingscentrum.

- We starten om 14.00 uur, zaal open 13.30 uur.

- Opening

- Lente gedicht

- Huldiging jubilarissen, 25 jaar lid

- Lente foto's met achtergrondmuziek

- Optreden De Golde Liesjes, 7 vrolijke dames

- Koffie met lekkers, consumptie en een snackje

- Loterij

- Eindtijd rond 17.00 uur

Natuurlijk wilt u er ook bij zijn!



Toegangskarten: € 7,50 per persoon.

Kaartverkoop: Tijdens de inloop in maart.



Seniorenraad Seniorenverenigingen Kring Laarbeek

Op 23-01-2024 vergaderde het bestuur van Seniorenraad Laarbeek/Seniorenverenigingen Kring Laarbeek. Ter sprake kwamen, naast het Jaarverslag 2023, verschillende andere onderwerpen zoals bijvoorbeeld de filmcyclus: in de maand december plannen we voortaan geen films meer vanwege veel activiteiten in deze feestmaand. Het stemmen voor RABO Clubsupport: namens de Seniorenraad wordt er een brief opgesteld richting de Rabobank om aandacht te vragen voor digitale problemen daarbij. Ook over een eventuele contributieverhoging werd gesproken.

Hieronder volgen enkele belangrijke punten uit het besproken Jaarverslag van 2023.

Gespreksthema's die regelmatig aan de orde komen zijn o.a. WMO, voorkomen van eenzaamheid, zo lang mogelijk zelfstandig wonen en leven, voldoende bewegen en actief blijven, organisatie van informatieve of gewoon gezellige bijeenkomsten, bereikbaarheid en toegankelijkheid. In Beek en Donk zijn bijvoorbeeld onlangs alle rolstoelobstakels aangepakt, die in kaart waren gebracht door de wandelgroep op dinsdagmorgen van Zorgcentrum de Regt. Dit proberen we ook in de nadere kernen te realiseren. Buurtpreventie is ook zo'n onderwerp dat we blijven volgen want het zou mooi zijn als dit, na Beek en Donk, ook in Mariahout, Lieshout en Aarle-Rixtel kan worden opgepakt.

Verder hebben we gezorgd dat de op dit moment in Laarbeek beschikbare (openbare) toiletten in de app van Toeristisch Laarbeek zijn opgenomen.

We zitten regelmatig bij de gemeente aan tafel en praten dan mee over onderwerpen als: valpreventie, Woonvisie, activerend huisbezoek, herijking Sociaal Domein, armoedebestrijding en Omgevingsvisie Kernen. Stuk voor stuk belangrijke kwesties voor de 50-plussers van Laarbeek. Ook met andere partijen die van belang zijn voor de belangenbehartiging van onze ouderen, worden nauwe contacten onderhouden zoals met woningcorporaties, zorginstellingen en zorgverzekeraars.

Webinar Veilig bankieren



Op **donderdag 21 maart om 14.00 uur** kan iedereen online meeluisteren en -kijken naar een presentatie over veilig bankieren.

Tijdens het ongeveer 45 minuten durende webinar wordt onder meer uitleg gegeven over bankfraude, hoe fraudeurs te werk gaan en hoe je het herkent. Twee gespecialiseerde bankmedewerkers leggen uit wat banken doen

om fraude te voorkomen en geven tips om bankieren veilig te houden.

KBO-leden kunnen gratis meedoen aan het webinar. Een link naar de online presentatie wordt gepubliceerd in ONS Mailmagazine van 15 maart en in ONS Actueel.

Kunstlezingen van Dr. Ger Jacobs succesvol afgesloten

Met de laatste kunstlezing afgelopen 15 februari in het Ontmoetingscentrum heeft de Seniorenvereniging Beek en Donk het seizoen 2023-2024 wat dit betreft op een succesvolle manier afgesloten. Ook deze lezing over de schilder Wassily Kandinsky zorgde voor de grote groep luisteraars weer voor een fijne middag met een duidelijke uitleg en mooie presentatie over het leven en werk van deze kunstenaar. Zoals bij alle voorgaande lezingen was het publiek weer vol aandacht voor de boeiende verhalen van Dr. Ger Jacobs over de ontwikkeling van de gekozen schilder en kreeg hij hiervoor na afloop veel complimenten. Seniorenvereniging Beek en Donk hoopt dan ook dat hij in het najaar weer een nieuwe reeks klaar heeft staan voor het winterseizoen. Maar eerst staan er nog veel verschillende activiteiten op het programma tot aan de zomer waaraan alle senioren van Beek en Donk weer kunnen deelnemen.

Zie voor meer informatie:

www.seniorenverenigingbeekendonk.nl.

Algemene Ledenvergadering

Op woensdag 13 maart 2024 in het Ontmoetingscentrum. Aanvang 14.00 uur
13.30 uur: Zaal open. Ontvangst met koffie.

Agenda

1. Opening door voorzitter Mariëtte Frijters.
2. Vaststellen agenda.
3. Notulen vorige vergadering.
4. Verslag 2023 door de secretaris.
5. Financieel verslag over 2023 en presentatie begroting 2024 door de penningmeester.
6. Verslag kascontrole / benoeming nieuwe kascommissie.
7. Goedkeuring begroting 2024.

8. Bestuursverkiezing:

Aftredend en herkiesbaar: Peter Vogels en Francien Vereijken. Aftredend en niet herkiesbaar: Ad de Fost.

Het bestuur stelt voor Dhr. Tony Verschuren als nieuw bestuurslid te benoemen.

Men kan tot aanvang van de vergadering zich schriftelijk kandidaat stellen voor een bestuursfunctie. De kandidaatstelling moet worden ondertekend door tenminste vijf leden met vermelding van naam, adres, woonplaats en lidmaatschapsnummer.

09. Mededelingen.

10. Einde vergadering.

11. Pauze.

12. Beantwoording ingediende vragen.

13. Ad van den Broek houdt een 'aanstekelijke' voordracht over het bijenvolk. Daarna gezellig samenzijn.

Indien u een vraag heeft, kunt u deze schriftelijk indienen. Direct na de pauze worden ingediende vragen beantwoord.

Uw aanwezigheid voor deze vergadering wordt zeer op prijs gesteld. U kunt zich hiervoor aanmelden.

Telefonisch, 0492-463860, schriftelijk via een van de bestuursleden, of via email seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com.

Huiskamer bridge



Het bridgen op vrijdagmiddag in de Waterpoort begint voortaan om 13.30 uur! Wilt u daar rekening mee houden?

Druktechnieken; expositie

van Marlies van Zeben, Mien Paridaans en Ine van de Ven, in Kunstpodium 't Oude Raadhuis.

Na 20 jaar komen Marlies van Zeben en Mien Paridaans weer terug in 't Oude Raadhuis. Dit keer in gezelschap van Ine van de Ven. Haar atelier in Helmond is een werk- en ontmoetingsruimte geworden waar ze samen experimenteren met diverse druktechnieken. In hun ateliers (resp. Helmond, Boxmeer en Eersel) werken ze aan eigen thema's in diverse technieken.

De resultaten hiervan zijn te zien in deze tentoonstelling. Verhalend werk in hoogdruk van Ine, gelaagde, bewegelijke collages en

verstilde monotypes van Marlies. kleurrijke composities in verf en zwart-wit linodrukken van Mien.

Belangrijke telefoonnummers

- **LEV Laarbeek, alle vragen rondom welzijn**
0492 328800

- **Vrijwillige Hulpdienst en Klusdienst**
ma, wo en vrij van 9.00-10.30 uur 0492 464289

- **Dorpsondersteuners:**

Maartje Keizers 06 41433277;

maartje.keizers@levlaarbeek.nl

Suzan de Koning 06 19502192

Suzan.dekoning@levlaarbeek.nl

- **Financiële hulp:** Nathalie Ansems
06 48532893

nathalie.ansems@levlaarbeek.nl

De feestelijke opening vindt plaats op zaterdag 2 maart om 16.00 uur.

De expositie is tot en met 24 maart in de weekenden te zien van 14.00 tot 17.00 uur.

Heuvelplein 8, Beek en Donk. Gratis parkeren en entree. www.oudraadhuus.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.

Optredens Gasterij 19.00 uur

14 maart Gemengd koor B&D

28 maart Cor Zwanenberg

Leesclub

Op 19 februari 2024 kwamen de leden in het Ontmoetingscentrum bij elkaar om het derde boek te bespreken. De gevleugelde geschreven door Arthur Japin. Het boek had genoeg

onderwerpen om discussie over te voeren. Vooral de 'ontwikkeling van de vliegindustrie' was een interessant onderwerp. Verschillende meningen over de vooruitgang, maar zeker ook de huidige situatie zoals 'vliegschaamte', kwamen aan de orde. Of het boek aan de verwachtingen voldeed? Daarover waren de meningen verdeeld. Het volgende boek dat op de agenda staat: Uit de bergen kwam de echo van Khaled Hosseini. Daarover praten we op 8 april.

Oplossing puzzel februari:

Sudoku : 81593

Prijswinnaars:

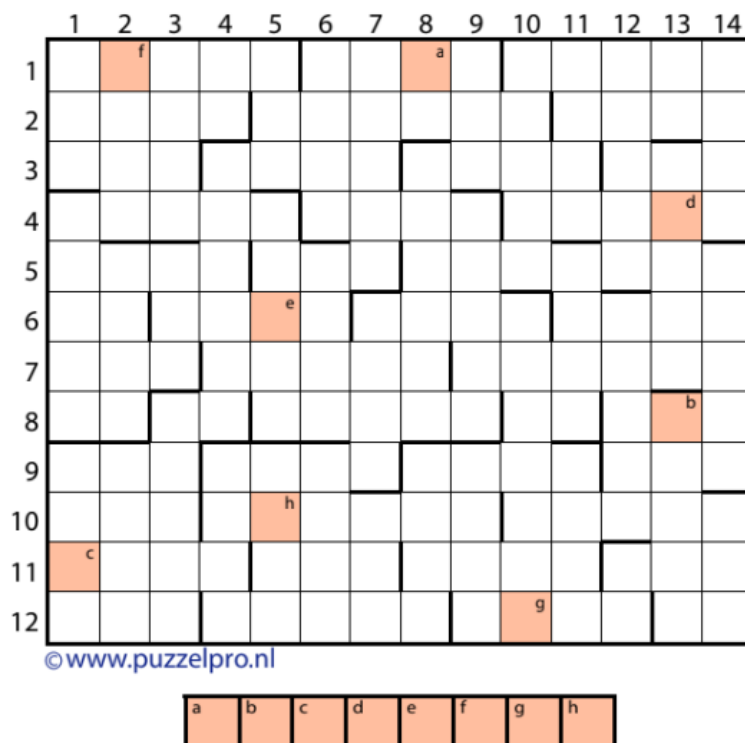
Dhr. Wim Snijders

Mevr. Toos van der Linden

Puzzel van de maand maart

Deze keer een doorloper. Een met een gemiddelde moeilijkheidsgraad. Na loting onder de goede oplossingen krijgt de winnaar bericht. Stuur het antwoord naar het secretariaat, want u kunt een bloemenbon van € 10,- winnen! Per e-mailadres max. 1 oplossing. De oplossing vóór vrijdag 15 maart 2024 sturen naar het secretariaat: Kerkstraat 56 of per e-mail:

seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com.



Horizontaal: 1 schotenreeks; divan; hechtlat - 2 roemen; herkauwer; brandstof - 3 blauwwit metaal; mop; blijvende vijandschap; pl. in Gelderland - 4 kleur; broer van Abel; snel reagerend - 5 eentonig; afzonderlijk; Spaanse drank - 6 aan Zee; prettig; malloot; slank en sierlijk - 7 moerasplant; schreeuw; rust - 8 pers. vnw; Generale Staf; patat; oude lengtemaat; dun - 9 afslagplaats bij golf; adellijk; billijk; gravin van Holland - 10 domkop; snaarinstrument; strafwerktuig - 11 Franse kaassoort; ankertouw; teleurstellend; Bijbelse priester - 12 plechtige gelofte; riv. in Frankrijk; zwaardwalvis; editie.

Verticaal: 1 filmdecor; gewijde zang; metalen kokertje - 2 deel v.e. opera; werelddeel; Ierland - 3 riv. in Rusland; wanneer; opgestelde rij - 4 Verenigde Naties; Europese taal; insecteneter - 5 nageslacht; tromp; hetzelfde - 6 harde val; berggeel; omslag - 7 babysit; hoogtemerk; hooghartige houding - 8 muzieknoot; bezoek; stadion - 9 Engels bier; aan de zijkant; riv. in Italië - 10 duivel; stelling - 11 ondiepe plas; bevlieging; geur - 12 voordat; schuilnaam; en andere - 13 Chinese munt; uitdraai; adellijk persoon - 14 bouwloods; welpenleidster; deksel.

Agenda wekelijkse activiteiten

Alle activiteiten worden gehouden in het Ontmoetingscentrum, tenzij anders 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'	10.15-11.15 uur	Gerda en Henk Berkers	tel. 0492 784238
	Koersballen Waterpoort	13.30-16.00	Gerda en Henk Berkers	tel. 0492 784238
Dinsdag	Yoga op stoel	10.15-11.15 uur	Lieselotte Bekkers	tel. 06 12960238
	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 Lifestyle	10.00-11.00 uur		tel. 0492-462521
	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 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	Angeline Klessens	tel. 0492 462092
Vrijdag	Volksdansen 't Buitenbeentje	09.30-11.00 uur	Wilma Snijders	tel. 06 25244033
	Fitness Sportcentrum Lifestyle	10.30-11.30 uur		tel. 0492-462521
	Huiskamerbridge in de Waterpoort	13.30-16.00 uur	Hannie en Rian Somers	tel. 06 29158679
	Dansclub Jong en Oud, Café-Zaal Dave van de Burgt	20.00-23.00 uur	Dora van de Burgt	tel. 0492-461188