



Bedonkske Beek en Donk

Seniorenvereniging Beek en Donk

Vooruitblik(ken)

27 maart	Kennismaken met klassieke muziek
27 maart	Gezellig samen uit eten
3 april	Vier de lente
10 april	Marcienne
14 april	Bloemschikken
2 mei	Uitstapje supersenioren

Jaargang 31 nr. 4, april 2025

Omslagfoto: Lenie Huijbers

De hobbyfotograaf



Lenie Huijbers



Nr.	Verschijnt op	Kopij binnen op
4	24 maart	14 maart
5	28 april	18 april
6	26 mei	16 mei
7-8	23 juni	13 juni
9	25 augustus	15 augustus
10	22 september	12 september
11	27 oktober	17 oktober
12	24 november	14 november
1 ('26)	15 december	5 december

Bestuur

Interimvoorzitter: George van Issum
tel. 0492 463208.

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

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

Lid: Tony Verschuren, tel. 06 22908706.

Lid: Chantal van Thiel, tel. 06 47491694.

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:

Tiny en Marietje van der Rijt, Lijsterlaan 80.
tel. 0492-464233 of 06-23652311 met hulp van

- Nannie de Greef, tel. 06-42271097,

- Wilma Snijders, tel. 06-25244033.

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 2025 is € 23,-. In januari wordt dit via automatisch incasso afgeschreven van uw rekening. De contributie voor nieuwe leden na 1 juli is € 11,50. 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: seniorenvereniging-beekendonk@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 hebben zich aangemeld:

Dhr. Ad van Bokhoven

Mevr. Mieke van Bokhoven- Dirks

Mevr. Riekje van Lier - Driessens

Dhr. Henk Verhappen



Dhr. André van Moorsel (gastlid)

Mevr. Fien van Moorsel – Rovers (gastlid)

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

Voorwoord

Hallo beste mensen,

Het voorjaar is begonnen en dat is te merken. Inmiddels hebben we al van enkele mooie zomerse dagen genoten, wat vooral mooi is voor onze fietsgroep die elke donderdag actief is en waar u ook gezellig bij kunt aansluiten.

De rikcompetitie is weer afgesloten met Martien Meijer als glorieuze winnaar.

Ook de carnavalsmiddag voor senioren waar wij als vereniging actief aan hebben bijgedragen was opnieuw succesvol.

De jaarvergadering is achter de rug en Mariette heeft afscheid genomen als voorzitter. Gelukkig blijft ze nog wel als vrijwilliger actief.

We zijn heel blij dat ons bestuur is uitgebreid met Chantal van Thiel die inmiddels al actief meedraait.

Voor komend jaar staan er wederom vele activiteiten op het programma waar waarschijnlijk voor iedereen wel wat te beleven is, houdt hiervoor onze website www.seniorenverenigingbeekendonk.nl in de gaten. Op 8 mei staat er een voorlichtingsmiddag op het programma, waar Notaris Harry van Rooij u zal bijpraten, waarover verder meer in dit Bedonkske. Ook vindt binnenkort een infoavond plaats over palliatieve zorg waar u mogelijk mee te maken kunt krijgen. A.s. donderdag 27 maart staat de lezing 'Kennismaken met Klassiek' op het programma, deze keer over Mozart, mogelijk ook interessant voor u. Anders graag tot ziens op een van onze andere activiteiten.



Interim voorzitter,

George van Issum.

De hobbyfotograaf

Martien Meijer begint een vaste foto graaf te worden voor deze rubriek.

Hij houdt van de natuur. De Bimd.

Een wilgenstruik die voor ons herkenbaar is als 'katjes'.



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



Overleden

15 Februari, Mevr. Tonnie Wolff-van Schijndel, 94 jaar,

22 Februari, Mevr. Truus Verkuylen-Verhoeven, 78 jaar,

4 Maart, Mevr. Cato van der Heijden-van den Heuvel, 88 jaar,

5 maart, Mevr. Leny Swinkels- Kitslaar, 75 jaar.

Blog (door Tonny Jacobs-Pothof)

Tonny is er weer! Haar nieuwe blog kun je lezen op: <https://www.seniorenverenigingbeekendonk.nl/files/2025/03/Hallo-lieve-mensen-maart-25.pdf>

In gesprek met

Hannie Somers van Berlo

Ze spaart religieuze prentjes.



M. Spöhl eccl. appz. VMS 278

O kon ik als een vogeltje
Gods lof in klanken leggen
Om zo m'n hulde, dank en trouw
en helde uit te zeggen.

Ik word ontvangen in een mooie zonnige woonkamer met prachtig uitzicht over het kanaal en zie meteen wat Hannie me wil laten zien. Een tafel vol met allerhande prentjes. Vooral een verzameling kinderprentjes met mooie tekeningen en teksten. 'Zeker wel duizend heb ik er', zegt Hannie. Ik heb ze uitgepakt, zodat je een goede indruk krijgt van mijn verzameling.



Het zijn vooral reli-gieuze prenten.

'Hoe kom je bij dit soort hobby?'

Een bijzonder ver-haal, gaat Hannie vertellen. Mijn toenmalige dochtertje van 4, inmiddels ruim 50 jaar geleden lag in het ziekenhuis en kreeg zo'n mooi prentje met engeltjes en een 'gouden' randje van haar oma. Dit zou haar genezing bevorderen, was het sterke geloof van oma. Het kind was alleen geobsedeerd door het 'poëzieprentje', kende nauwelijks de betekenis daarvan, maar wilde ze gaan

'sparen'. Hannie raakte ook geïntrigeerd van dit soort prentjes.

Dit is het begin geworden van de grote verzameling van Hannie.

In eerste instantie hebben we het over bidprentjes, die voortgekomen zijn uit de vroegere devotieprenten. Er zijn vele verschillende vormen van devotieprenten die bedoeld waren om vroomheid te bevorderen. Devotieprenten of heiligenprentjes zijn prenten die belangrijke figuren uit het christendom weergeven zoals Jezus, Maria of andere heiligen. Aan de voorkant staat de afbeelding van de heiligen en aan de achterkant hebben ze meestal een gebed of korte verhaaltjes.



Religieuze prentjes werden vroeger ook aan kinderen uitgedeeld om ze op die manier over het christelijke geloof te vertellen en in beeld te brengen. Ze hadden zo tevens een opvoedkundig element. Het geloof was immers niet al te duidelijk en moeilijk te begrijpen. Ook als beloning bij het leren van de catechismus kon men plaatjes krijgen. 'Er waren vele series, bijna te vergelijken met het sparen nu van voetbalplaatjes', zegt Hannie.

'Mijn schoonmoeder had al een grote verzameling van prentjes en na haar overlijden heb ik ze van haar overgenomen. Ik breid de plaatjes alleen maar uit met Maria prentjes, pausenprenten en van andere heiligen. Daar kwamen later ook de Hummeltjes bij.' Ik vond de afbeeldingen vooral heel bijzonder, zeker de oudere. Ik heb prentjes van meer dan 100 jaar oud, die prachtig met de hand beschilderd en

geïllustreerd zijn op perkament papier. Zo bijzonder, zie voorbeeld hiernaast.

‘Dit zal wel een monnikenwerk zijn geweest.’

Ik vind het fijn om op markten of kerken rond te kijken en plaatjes te zoeken, niet obsessief, maar gewoon als de mogelijkheid er is.

Ik kan het niet goed duiden, maar ik denk dat onze religie, bij menigeen en mij ook, soms moeilijk te begrijpen is. Ik zoek dat in deze verzameling.

Dat maakt me rustig en voel ik me er fijn bij.

Ik verzamel ze dan ook in mooie mapjes en ga me ook verdiepen in de herkomst van de prentjes. Wat ik zo bijzonder vind is dat het bidprentje nog steeds bestaat, maar vooral als herin-neringsprentje een nieuwe vorm krijgt.

Het is van oorsprong ook bedoeld als nagedachtenis aan de overledene, iets tastbaars meegeven, denk ik. Minder een religieuze betekenis. Naast de prentjes verzamel ik ook andere kleine voorwerpen zoals missaaltjes en relikwieën.



Ik ben niet écht op zoek naar nieuwe prentjes, maar wanneer er iemand is die nog wat in de kast heeft liggen en niet goed weet wat ermee te doen, ik wil ze graag!

Hannie bedankt voor dit bijzondere gesprek, dit kom je nauwelijks nog tegen zo’n hobby.

Groet, Lenie

Middag Uitstap Supersenioren, onze 80 Plussers!

Vrijdagmiddag 2 mei.

Museum ‘De Dorpsdokter’ in Hilvarenbeek

Deze middagreis is speciaal bedoeld voor alle 80 plussers, maar ook voor diegenen, waarvoor een volledige dagtocht te zwaar wordt. Er gaat voldoende begeleiding mee en o.a. het museum is rolstoelvriendelijk.

Wilt u zelf een begeleider meenemen, mag dat natuurlijk ook.

Het programma ziet er als volgt uit:

12.45 uur: Verzamelen aan het Heuvelplein (Plein voor de Smickel).

13.00 uur: Vertrek met bus naar Hilvarenbeek.

14.00 uur: Aankomst Hilvarenbeek, Museum ‘De Dorpsdokter’.

Ontvangst met koffie en gebak.

Bezoek aan het museum, maar ook de voordracht ‘Help de dokter vertelt’, hilarische en huiveringwekkende verhalen van dokters en hun patiënten.

Bijzondere collectie

Wanneer je door dit prachtmuseum dwaalt, kom je langs verschillende afdelingen, die zich allemaal bezighielden met ‘primaire gezondheidszorg’. De apothekerswinkel is nog ouderwets ‘gezellig’, in de 19e-eeuwse oefenapparaten van de fysiotherapieafdeling herken je wellicht al het begin van de fitnessindustrie. Op de doktersafdeling vind je vitrinekasten vol met boren, zagen, klemmen en zelfs bloedzuigers! En vrees niet: de voetboor van de tandarts is niet meer in gebruik.

Voor we naar huis gaan drinken we nog een glaasje fris.

16.00 uur Vertrek naar huis. 17.00 uur Aankomst Beek en Donk, waarna we bij Dave v.d Burgt worden verrast met een heerlijke kop soep en belegde (kroket) broodjes, koffie/thee. Rond 18.30 uur komt er een einde aan deze mooie middag.

Deze leuke, volledig verzorgde middaguitstap, bieden wij u aan voor € 45.00 p.p.

U kunt zich opgeven met betaling bij: (ook pinpen is mogelijk.)

De inloop: tussen 10.00 en 11.30 uur in de Waterpoort.

Per email met naam, adres en telefoonnummer (1 of 2 Pers)

Email: seniorenverenigingbeeken-donk@gmail.com en tegelijk overboeking bank: NL92RABO0112096158 t.n.v. Seniorenvereniging Beek en Donk, omschrijving Supersenioren.

Midweek fietsactiviteit.

Vervolg van 11-03 -2025

Na onze oproep in het vorige Bedonkske of er belangstelling was voor een meerdaagse fietstocht met overnachting hebben we voldoende reacties gehad om hierop terug te komen.

Het wordt week 36, dit is van maandag 1 september tot vrijdag 5 september.

We hebben een verblijfplaats bij Eigentijdserf in de Kempen in Westelbeers.

Er valt het een en ander te bespreken omtrent inhoud, organisatie en kosten voor deze week.

Wij nodigen dan ook iedereen uit die serieuze belangstelling heeft om hierbij aanwezig te zijn zodat we met u de nodige informatie uit kunnen wisselen. Deze middag moet dan leiden tot een definitief besluit of de midweek fietsactiviteit door kan gaan.

Deze bijeenkomst vindt plaats op maandag 7 april om 14.00 uur in de Huiskamer van de Waterpoort, ingang Rubenslaan.

Groet Joke en Lenie

Voorlichtingsmiddag door notaris

Harry van Rooij

Op 8 mei zal onze Beek en Donkse notaris Harry van Rooij een voorlichtingsmiddag geven over zaken die u vooral als senioren aangaan. Hij zal ingaan op vragen als Erfrecht, wat als u in gemeenschap van goederen getrouwd bent of op huwelijkse voorwaarden, kinderen hebt en een van U komt te overlijden hoe zit het dan met een eventuele erfenis. Wat als u een eigen woning hebt en U of uw partner moet worden opgenomen in een verzorgingstehuis als u geen kinderen hebt, of juist wel kinderen hebt, moet u uw huis dan opeten? Wat als u gescheiden

bent, een eigen huis bezit en u een nieuwe relatie krijgt. Hoe zit het dan met de boedelverdeling wanneer u komt te overlijden, waar hebben eventuele kinderen dan recht op of juist geen recht op. Waarom is het verstandig om een levenstestament te maken? Over deze en meer zaken zal de Notaris info verstrekken. U kunt natuurlijk ook vragen stellen, verstandig is om hier alvast over na te denken en eventuele vragen van te voren op te schrijven, zodat u niets vergeet. Let op. De aanvangstijd is 14.30 uur, 8 mei in het Ontmoetingscentrum. De seniorenvereniging zorgt voor een kopje koffie of thee. Het zou fijn zijn als u zich aanmeld tijdens de inloop of via ons secretariaat via e-mail: seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com

Werelddansen

Hallo allemaal,

Wij kregen de vraag of wij eens een stukje willen schrijven voor in het Bedonkske.

Wij, dat zijn een groep dansers, die al jarenlang iedere week heel actief dansen in het Ontmoetingscentrum hier in Beek en Donk.



Vroeger noemden wij ons 'Volksdansgroep 't Buitenbeentje' maar ook wij gaan met de tijd mee en wij vinden de naam Werelddans veel beter bij onze activiteit passen. Onze activiteit is namelijk het aanleren en dansen van originele dansen uit Griekenland, Macedonië, Roemenië, Bulgarije, Israël, Engeland en vele andere landen.

Onze groep bestaat uit vijftieng actief dames van 60+ onder begeleiding van een professionele docente.

Dansen is goed voor de oudere mens omdat vele lichaamsfuncties aan bod komen, denk daarbij aan geheugentraining (het onthouden), bewaren van je evenwicht, coördinatie van de ledematen (valpreventie) en het opbouwen en onderhouden van een goede lichaamsconditie. Het samen zijn met een groep geeft voldoening, geeft heel veel plezier samen en zorgt voor de nodige sociale contacten.

Wij dansen op vrijdagmorgen en een les duurt 1,5 uur met een korte koffiepauze.

Heb je ritmegevoel en houd je van muziek kom dan gerust kijken of deze bewegingsvorm bij je past.

Wij zijn op vrijdagmorgen van 9.30 tot 11.00 uur in het Ontmoetingscentrum hier in Beek en Donk en je kunt altijd vrijblijvend binnenlopen.

Wies van Bokhoven dansdocente.

Wilma Sniijders contactpersoon,
tel.0625244033.

Mary geeft inloop senioren altijd een feestelijk tintje



Seniorenvereniging Beek en Donk houdt elke tweede en vierde dinsdagochtend van de maand een inloop voor alle 50plussers in de Waterpoort. Zowel leden als niet-leden zijn

dan van harte welkom voor een gratis kopje koffie of thee. Vaak is er dan ook een ticketverkoop voor een van de vele activiteiten of kan men zich als lid aanmelden.

Al een aantal jaren zorgt Mary Wilms ervoor dat deze ochtend extra feestelijk wordt door haar heerlijke baksels, vaak zelfs glutenvrij. Bakken is haar hobby en met zijn tweetjes krijgen ze dat allemaal niet op dus verrast zij iedere twee weken de aanwezige senioren met allerlei soorten lekkers. Om haar daarvoor te bedanken werd Mary door het bestuur in het zonnetje gezet. In een overvolle ruimte kreeg zij uit handen van voorzitter Mariëtte Frijters een mooie bos bloemen overhandigd. Het kwam voor haar als een grote verrassing maar het was dik verdiend en hopelijk kan ze dit nog jaren blijven doen: bedankt Mary!

Zie voor meer informatie: www.seniorenverenigingbeekendonk.nl.

Gezellig samen naar het theater Stichting

Vier het Leven organiseert voor ouderen (65+) uit Helmond en omgeving theaterbezoeken naar het Speelhuis in Helmond. Ouderen uit Eindhoven en omgeving kunnen naar het Parktheater in Eindhoven, Muziekgebouw Eindhoven of de Schalm in Veldhoven. Geniet met een klein gezelschap van een heerlijke middag of avond uit! Vier het Leven begeleidt u persoonlijk van deur tot deur. Want samen uit is samen genieten!

Gezellig samen

Stichting Vier het leven inspireert en brengt mensen samen. Ze organiseren culturele activiteiten van deur tot deur waarbij alles is geregeld om zorgeloos te genieten. U wordt thuis opgehaald door een gastheer of gastvrouw van Vier het Leven en geniet met andere gasten van een toneelstuk of muziekconcert bij u in de buurt. Na afloop wordt u weer veilig thuisgebracht.

Per activiteit betaalt u de vermelde arrangementsprijs. Bij het arrangement zijn inbegrepen: het kaartje, de consumpties, het vervoer en de besprekkosten. Heeft u een rollator? Ook dit is vaak geen enkel probleem.

Ledenvoordeel: als lid van Zorgboogextra ontvangt u €5,- korting!

Zo werkt het

U wordt thuis opgehaald door een vrijwilliger en samen met leeftijdsgenoten (gemiddelde leeftijd 80+) gaat u gezellig naar een theater, filmhuis, bioscoop of museum bij u in de buurt. U geniet van een drankje tussendoor en wordt na afloop weer veilig thuisgebracht. Samen uit, samen genieten. Hier kunt u alvast bekijken welke activiteiten wij in uw woonplaats aanbieden!



Alle stappen:

1. U meldt zich aan bij Vier het Leven

Aanmelden kan kosteloos en eenvoudig via het digitale inschrijfformulier op de website: www.4hetleven.nl. Ook kunt u zich telefonisch (tel. 035 - 5245156) of per e-mail aanmelden. U ontvangt dan per post of per email een informatiepakket van Vier het Leven met hierin een inschrijfformulier, onze werkwijze en het programmaboekje met hierin het aanbod voor uw regio. Wij versturen u daarna ongeveer drie maal per jaar een programmaboekje met het culturele aanbod voor uw regio. Daarnaast sturen wij incidenteel nog een speciale uitnodiging voor bijvoorbeeld films of een matinee. Ook ontvangt u een uitnodigingsmail waarmee u uw Vier het Leven-account kunt activeren. Met deze inloggegevens kunt u via uw persoonlijke, beveiligde Vier het Leven-omgeving o.a. het digitale ontmoetingsplein van Vier het Leven bezoeken.

2. U maakt uw keuze uit het programma-boekje

Na ontvangst van het informatiepakket stuurt u ons het ingevulde inschrijfformulier retour. Ook kunt u dan een keuze maken welke voorstelling(en) u graag wilt bezoeken en vervolgens telefonisch, schriftelijk of online (via onze website) reserveren. Daarna krijgt u van ons een bevestiging van uw reservering.

3. Contact met vrijwilliger

Twee dagen voorafgaand aan de activiteit wordt u gebeld door een Vier het Leven-vrijwilliger om even kennis te maken, eventuele details met u door te nemen en om de juiste ophaaltijd met u af te spreken.

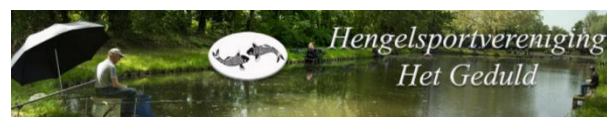
4. U wordt thuis opgehaald

De vrijwilliger komt u thuis ophalen en samen met de vrijwilliger en één of twee andere ouderen gaat u gezellig een middag of avond uit. De vrijwilliger parkeert de auto zo dicht mogelijk bij de ingang van de locatie zodat u niet ver hoeft te lopen. Wij houden bij de planning natuurlijk ook rekening met uw mobiliteit. Dus als u een rollator of stok heeft dan kunt u dit bij uw reservering aangeven en kunt u deze gewoon meenemen.

5. Zorgeloos genieten

Eenmaal in het theater drinkt u eerst een drankje samen met de andere gasten van Vier het Leven aan een speciaal voor ons gereserveerde tafel, waarna u zorgeloos kunt genieten van de voorstelling. Vier het Leven reserveert altijd de beste plaatsen in het theater. In de pauze staat er op dezelfde tafel een drankje voor u klaar. Na de voorstelling wordt u weer veilig thuisgebracht door de vrijwilliger.

Aanmelding viswedstrijd 23 mei



Op vrijdag 23 mei willen we weer gaan vissen. We organiseren dan weer een leuke vismiddag op de visvijver aan de IJsbaanweg in Beek en Donk. Hier is visvereniging Het Geduld al vele jaren thuis. Een aantal vrijwilligers van deze

club zal ons helpen waar nodig met hengels klaarmaken en het vissen op zich.

Je kunt je aanmelden om mee te doen. HSV Het Geduld heeft voor de vissers die geen hengel en tuigjes hebben, een aantal hengels klaarliggen. Ook hebben wij voer en aas (maden) ter beschikking voor alle deelnemers. Aan de vissers die wel materiaal hebben, vragen wij om een schepnet, onthaakmateriaal en peillood mee te brengen.

Programma

13:00 uur: Bijeenkomst aan de vijver waarna we de plaatsen aanwijzen om te vissen via loting.

13:30 uur: Uitreiking hengels, tuigjes, onthakers, voer en aas. Uitleg huisregels visvijver, omgang met natuur en vissen en loting stekken.

14:00 uur: Start met vissen met een sirene. Gevangen vissen worden gemeld en genoteerd op lijsten. Grote en kleine vissen worden alleen met aantallen genoteerd niet op gewicht.

16:30 uur: Einde vissen met een sirene. Hierna opruimen van geleende hengels en tuigjes en verzamelen van lijsten.

Aanmelden (is gratis) en kan op verschillende manieren (maximaal 26 personen, op volgorde van inschrijving).

1. Via een mail naar pcevogels@gmail.com met invulling van gegevens inschrijfformulier.

2. Bellen naar P.Vogels 06-30375665

Geef in de mail of bellen aan of je een hengel of tuigjes nodig hebt.

Bij onvoldoende deelnemers of slecht weer gaat het niet door.

Vrijwillige Hulpdienst Laarbeek staat voor u klaar

Nu de lente zich voorzichtig aankondigt en de eerste lentebloemen de kop opsteken, staan de vrijwilligers van de Vrijwillige Hulpdienst weer klaar om een helpende hand te bieden aan inwoners van Laarbeek die wat extra hulp kunnen gebruiken bij het lente-klaar maken van hun tuintje.



Maar ook voor kleine klusjes in en rondom het huis. Denk aan: iets ophangen, een rookmelder plaatsen of een lekkende kraan repareren.

U kunt contact opnemen met de hulpdienst. Heeft u een afspraak in het ziekenhuis of bij de fysio, wilt u op familiebezoek, naar een hobbyclub of winkel? Dan kunt u de hulpdienst inschakelen voor vervoer.



De Vrijwillige Hulpdienst is er om inwoners van Laarbeek te helpen, zodat zij zo lang mogelijk zelfstandig kunnen blijven wonen en deel kunnen nemen aan het sociale leven.

De hulp is bedoeld voor personen die niemand hebben in hun omgeving die hulp kan bieden en voor situaties waarin men zelf geen andere oplossing kan vinden.

Voor de diensten van de Vrijwillige Hulpdienst wordt een kleine vergoeding gevraagd.

Voor elke klus, die maximaal anderhalf uur mag duren, is dit € 2,50 en eventueel materiaalkosten. Moeten er daarbij materialen opgehaald worden bij een bouwmarkt bijvoorbeeld of tuinafval of andere spullen afgevoerd worden naar de stort, dan wordt daarvoor een extra vergoeding van € 0,30 per kilometer gevraagd. Ook voor vervoer naar ziekenhuis, fysio etc. wordt een kilometervergoeding gevraagd van € 0,30 per kilometer, gerekend vanaf het adres van de vervoerder. Het minimumtarief voor vervoer is altijd € 1,50.

Hulp aanvragen kan op verschillende manieren.

- U kunt binnenlopen tijdens het spreekuur in het Ontmoetingscentrum aan de Otterweg 27 in Beek en Donk.

- Elke maandag, woensdag, en vrijdag houdt de Vrijwillige Hulpdienst spreekuur van 9.00 uur tot 10.30 uur.

- Bellen of mailen kan ook.

Telefoon 0492 – 464289

E-mail vhdlaarbeek@levgroep.nl

Let op! E-mails worden alleen verwerkt tijdens de bovengenoemde spreekuren.

Voor overige vragen, meer informatie of contact met de dorpsondersteuners van LEV Laarbeek kunt u terecht op de website www.levlaarbeek.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.

Brabantse winnaar van Kern met Pit-trofee gaat voor landelijke titel

Samenbrengen van jong en oud

Het buurtinitiatief 'Kinderen, jongeren runnen het Tiny Restaurant' in Beek en Donk heeft op 18 januari de Kern met Pit-trofee van Noord-Brabant gewonnen. Nu zetten zij de volgende stap: zoveel mogelijk stemmen verzamelen om op 12 april de landelijke 'Gouden Pit' te winnen. Stemmen kan vanaf 20 maart via www.kernmetpit.nl.



Ruim acht jaar geleden is Seniorenvereniging Beek en Donk, samen met de Zorgboog de Regt, 't Otterke en de LEV groep, op initiatief van Monika Slaets, het 'Project Samen' gestart. Dit project heeft als doel jongeren en ouderen met elkaar te verbinden. Leerlingen van Daltonbasisschool 't Otterke kwamen in contact met senioren van de Regt en andere senioren uit de buurt.

Het Tiny Restaurant: samen koken en verbinden met producten van de Laarbeekse boeren.

Om het Project Samen te versterken, hebben de Zorgboog de Regt en Stichting MIEP de handen ineen geslagen en het Tiny Restaurant geplaatst in de moestuin van de Regt. Hier koken kinderen en jongeren samen met senioren gezonde gerechtjes, niet alleen voor de gasten van de Gasterij, maar ook voor hun eigen familie en vrienden.

Zo brengt het Tiny Restaurant verschillende generaties samen, terwijl iedereen leert, kookt en geniet van eerlijke, heerlijke producten uit Laarbeek.

Meer dan een restaurant: een sociaal concept

Het initiatief gaat verder dan koken alleen. Er wordt gewerkt aan een breder sociaal concept dat generaties blijvend met elkaar verbindt door de samenwerking tussen de Zorgboog de Regt, de boeren, het onderwijs uit Laarbeek en Seniorenvereniging Beek en Donk.

Stem en help ze naar de landelijke overwinning!

Het succes heeft al geleid tot de Brabantse Kern met Pit-trofee — maar nu is het tijd voor de landelijke titel! Op 12 april strijden ze in Amersfoort om de 'Gouden Pit', en daarvoor hebben ze úw stem nodig. Wilt u daarbij zijn, dan kan dat: meld u zich bij Krista Werker (info@stichtingmiep.nl of 06 20466555) en u kunt gratis mee, krijgt een hapje en een drankje en kunt workshops volgen: <https://festival.wedoenhetsamen.nu>.

➔ Stem vanaf 20 maart via www.kernmetpit.nl op 'Kinderen, jongeren runnen het Tiny Restaurant' Provincie Noord Brabant en steun dit hartverwarmende initiatief!

Vooruitblik! Vrijdag 27 Juni:

Prachtige Busdagtocht naar Limburg. Volledig programma in Bedonkske van Mei Leg deze datum vast!



Leesclub

Op 24 februari bespraken we: 'De jongen met de gestreepte pyjama': *The Boy in the Striped Pyjamas*, een roman uit 2006, geschreven door de Ierse romanschrijver John Boyne. De roman werd in 2008 verfilmd. De discussie concen-

treerde zich vooral rondom het feit dat de roman niet echt gebeurd kón zijn. Was het een sprookje met een slechte afloop? Het werk boeide in ieder geval wel. De bijzondere vriendschap van de 9-jarige jongens gaf genoeg stof om ook over de huidige situatie in Europa te praten.

Op maandag 7 april bespreken 'de meeste mensen deugen', een nieuwe geschiedenis van de mens, geschreven door de Nederlandse historicus Rutger Bregman. Hij verweeft inzichten uit de psychologie en de archeologie. Hij neemt je mee op een reis door de geschiedenis en geeft nieuwe antwoorden op oude vragen. Waarom veroverde juist onze soort de aarde? Hoe verklaren we onze grootste misdaden?

Wil je meedoen? Dat kan! Laat het maar weten: ingeborgwesterbeek@gmail.com

De laatste datums van dit seizoen: 7 april en 19 mei. We beginnen om 14.00 uur in het Ontmoetingscentrum.

Expositie Eugenie van Vijfeijken-Wouters en Ria Kastelijns-Potma

*in Kunstpodium 't Oude Raadhuis
15 maart tot 6 april 2025*



'Bijna iedere maandagochtend zitten we samen te schilderen, te klesbessen over alles wat ons bezig houdt. Van diepgaande maar ook luchtige humoristische anekdotes'.

Dit is terug te zien op eigen wijze in hun werk. Dat kan

realistisch, abstract of met een knipoog zijn. Wat duidelijk is, is dat er meerdere emoties door elkaar heen lopen.

Ze ervaren het samen schilderen als inspirerend, stimulerend en gezellig.

Eugenie heeft een creatieve opleiding achter de rug en is afgestudeerd als docent tekenen. Daar heeft ze jaren niets mee gedaan tot ongeveer 3 jaar geleden het schilderen weer op

haar pad kwam. 'winter in Laarbeek' inspireerde en stimuleerde haar om de draad weer op te pakken en te exposeren.

Ria is twee jaar geleden begonnen met het schilderen van haar tijdlijn. De werken bestaan uit 12 schilderijtjes die belangrijke gebeurtenissen in haar leven vertolken. Het kwetsbaar opstellen is een uitdaging wat ze heeft geleerd tijdens de opleiding tot ademcoach. Ze zijn intuïtief geschilderd met gebruik van allerlei materialen. Het begint met een zelfportret kijkend naar haar leven.



Open elke zaterdag en zondagen 14:00-17:00. www.oudraadhuis.nl

Het KunstCafé in ontmoeting met de kunstenaars is donderdagmiddag 03 april 14:00-15:30 uur.

Parkeren en entree, incl. koffie/thee zijn gratis. Graag vooraf aanmelden via:

[info@oudraadhuis](mailto:info@oudraadhuis.nl)

onder vermelding van datum 03-04.

Optredens Gasterij 19.00 uur



*Donderdag 27 maart
Bertine van den Boom
19.00 uur*

27 maart: Bertine van de Boom

10 april: De Notenkrakers 14.00 – 16.00 uur

26 april: Dave Louis 14.00 – 16.00 uur

8 mei: Trio Moussai

Van de redactie

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

- Dorpsondersteuners:

Maartje Keizers 06 41433277

Maartje.keizers@levlaarbeek.nl

Nathalie Ansems 06 48532893

nathalie.ansems@levlaarbeek.nl

- Coördinator ouderenwerk

Miranda Goedemans 0641516453

Miranda.goedemans@levgroep.nl

We hebben een succesvolle periode achter de rug. Het succes van Samen uit eten blijft onverminderd voortduren! Steeds meer leden hebben deze gezellige manier van elkaar ontmoeten ontdekt. Wellicht moeten we deze activiteit over twee dagen gaan regelen. Zover is het nog niet en kunt u gewoon alleen of met uw kennissen zich aanmelden.

Wij zouden het nog steeds fijn vinden als u uw eigen ervaringen met ons deelt:

ingeborgwesterbeek@gmail.com Of seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com.



..... 86% van de Nederlanders Engels spreken als hun tweede taal.

..... Nederland meer fietsen heeft dan mensen!

Openluchttheater Mariahout

Kom ook naar Mariahout en ontdek één van de mooiste natuurtheaters van Nederland! In het voorjaar en in de zomer zijn er volop voorstellingen die je zeker niet mag missen. De bijzonder mooie locatie en ongedwongen sfeer maakt een bezoek aan het Openluchttheater

tot een zeer geslaagd uitje. Een voorstelling in de buitenlucht is namelijk iets speciaals; genieten van de beste artiesten met fluitende vogels op de achtergrond.

Het theater ligt in het hart van Mariahout (Laarbeek) en is makkelijk te bereiken per auto of fiets. Er is voldoende parkeergelegenheid.

We nodigen je graag uit om ons prachtige theater te bezoeken!

Zullen we vrienden worden?

Vriendenlidmaatschap

Het goede theaterleven; dat is wat je krijgt als je Vriend van Openluchttheater Mariahout wordt. En dát het goed toeven is blijkt uit het feit dat we in de afgelopen jaren een grote vriendenkring opgebouwd hebben.

Als Vriend van het Theater draag je ons theater een warm hart toe. Je waardeert het programma dat jaarlijks met zorg wordt samengesteld. Uitgevoerd door een keur van lokale, regionale en nationale artiesten. Zodat jij kunt genieten van een verscheidenheid aan voorstellingen, in het hartje van Mariahout.

Maar Vriend van het Theater zijn betekent zoveel meer! Het geld van het vriendenlidmaatschap besteden we jaarlijks aan een doel waardoor het theater weer een stukje mooier of beter wordt.

Voor € 25,- per jaar mag jij je 'Vriend van het Theater' noemen.

<https://www.openluchttheatermariahout.nl/word-vriend/>

Als Vriend van het Theater bieden wij je het volgende:

- Je hebt de mogelijkheid om vóór de openbare voorverkoop tickets te bestellen tijdens de 'vrienden voorverkoop';
- Je ontvangt digitale nieuwsbrieven;
- Je wordt eenmaal per seizoen uitgenodigd voor een gratis voorstelling.



Kampioen in omzien naar elkaar

‘Wie in 2040 oud en hulpbehoevend is, kan het best in Meierijstad wonen.’ Deze gemeente wil kampioen worden in 'noaberschap' oftewel omzien naar elkaar; van de kleinste kernen tot in Veghel. Gemeenschapskracht als een belangrijke waarde. Ook Laarbeek is hier al twee jaar druk mee bezig



Een goede buur is soms beter dan een verre vriend. Zo dacht werkgroep ‘Omzien naar elkaar’ Beek en Donk ook. In onze samenleving, waar buurtgenoten elkaar niet of nog onvoldoende kennen, gingen zij op zoek naar verbinding. Met hulp van Dorpsraad Beek en Donk en Initiatiefgroep Gemeenschapskracht beleggen ze de afgelopen maanden steeds meer bijeenkomsten om buurtgenoten met elkaar in contact te laten komen. En zij blijven nieuwe verbindingen maken.

Let op wanneer het in jouw omgeving komt!
Een eigen sociaal netwerk is het beste pensioen! (Arnold Romeijnders.)

De lente in huis

De lente in huis halen kan op verschillende manieren.

Hier zijn enkele tips om een frisse en vrolijke lentesfeer in je huis te creëren:

1. Frisse bloemen en planten:



* Bloemen: Een bos tulpen, narcissen, hyacinten of andere voorjaarsbloemen op tafel brengt direct een lentegevoel in huis.

* Bloesemtakken, zoals kersenbloesem of magnolia, zorgen voor een elegante en lenteachtige sfeer.

2. Kleuren:

* Kies voor lichte en vrolijke kleuren in je interieur, zoals pastelkleuren, lichtgroen, geel of roze.

* Verf een muur in een frisse lentekleur of vervang kussenhoezen en dekbedvertrekken door exemplaren in lentetinten.

3. Natuurlijke materialen:

* Gebruik natuurlijke materialen zoals hout, rotan, linnen en katoen in je interieur.

* Deze materialen geven een warme en natuurlijke uitstraling aan je huis.

4. Licht:

* Laat zoveel mogelijk natuurlijk licht binnen.

* Hang lichte gordijnen op of verwijder zware gordijnen om meer licht door te laten.

* Zorg voor goede verlichting in huis.

5. Geuren:

* Zorg dat je huis goed geventileerd is.

6. Decoratie:



* Decoreer met lenteachtige accessoires, zoals vlinders, vogels of paasdecoratie.

* Vervang winterse decoratie door vrolijke lente-items.

* Vervang eventueel schilderijen of posters aan de muur door exemplaren met lente afbeeldingen.

7. Opruimen en schoonmaken:

* Begin met een grondige voorjaars schoonmaak om een frisse start te maken.

- * Ruim onnodige spullen op en maak ruimte voor nieuwe energie.
 - * Zorg dat je ramen goed schoon zijn.
8. Kleine veranderingen, groots effect:
- * Verander de indeling van je meubels voor een nieuwe look.
 - * Vervang de inhoud van lijsten aan de muur.
 - * Leg een ander vloerkleed neer.

Door deze tips toe te passen, creëer je een heerlijke lentesfeer in huis waar je volop van kunt genieten.

Oplossing puzzel maart:

Snoeien.

Prijswinnaars:

Mevr. Bertie Spierings,
Mevr. Inge van Berlo.

Puzzel van de maand april

Een Zweedse puzzel 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 adres max. 1 oplossing. De oplossing vóór vrijdag 18 april 2025 sturen naar het secretariaat: Kerkstraat 56 of per e-mail:

seniorenverenigingbeekendonk@gmail.com

stieren- vechter	▼	waagstuk	▼	regel- maat	▼	geestelijk	▼	bewind- voerder	▼	4
arts	▶	biljart- stok	▼					aanwij- zend vnw.	▼	
▶	2					pl. in Gel- derland	▶			
mannelijk dier	▶			terdege	▶	7				
weerzien	▶			een weinig	▼					
▶						golfterm	▶			
boogbal		voor- zetsel	▶			onder andere	▶			schaak- stuk
▶		voor- zetsel	▼			langs	▼			
		televisie	▶			zangstem	▶			
		Chinese deegwaar	▼			drinkerei	▼			
hartelijk	voorbij		▶	ijshut	▶				3	zalf
▶	tel		▼	Griekse letter	▼					
5								personal computer	▶	
▶								reet	▼	
kleur	▶					put- emmer	▶			
naald- boom	▶					vorsten- titel	▶			
▶				vlake- maat	▼	afsluit- middel	▼			
kelner		binnen- vaartuig	▶	6		zangstuk				vies
▶		ierland	▼							
										1
veeleer	▶									
Engelse titel	▶							heden		en andere
▶										
				oordeel	▶					
vrucht	▶			8		gehoor- zaal	▶			

© www.puzzelpro.nl

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



VALPREVENTIE

Bijeenkomst: veilig bewegen in en rondom huis

Bent u bang om te vallen? Naarmate u ouder wordt, kan het zijn dat u balans, stabiliteit en zelfvertrouwen verliest.

Op dinsdag 8 april is er een bijeenkomst over valpreventie. Verschillende professionals geven dan tips om vallen te voorkomen. Doormiddel van een aantal vragen en een test bepalen fysiotherapeuten wat uw valrisico is. Aan de hand van het resultaat wordt bekeken of u in aanmerking komt voor een van de verschillende vervolptrainingen. Deze groepstrainingen, onder begeleiding van een fysiotherapeut, zijn gratis.

Voor wie?

Alle 65-plussers
uit Laarbeek

Wanneer?

Dinsdag 8 april van
10.00 - 12.00 uur.

Waar?

Ontmoetingscentrum Beek en Donk
(Otterweg 27, 5741 BC Beek en Donk)

Aanmelden

Aanmelden is verplicht en kan door een mail te sturen naar valpreventie@negen.nl. Vermeld daarbij uw naam, telefoonnummer en woonplaats.

Heeft u geen emailadres? Dan kunt u bellen naar 077 205 83 08.



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 van oktober tot/met april	13.30-16.00 uur	Gerda en Henk Berkers	tel. 0492 784238 tel. 06 13077302
	Fitness Sportcentrum Lifestyle maandag, dinsdag, woensdag en vrijdag	10.00-11.00 uur en andere tijden.	Yvonne Biemans	tel. 0492 462521
Dinsdag	Yoga op stoel	10.15-11.15 uur	Lieselotte Berkers	tel. 06 12960238
	Seniorenkoor bij v.d. Burgt	13.30-15.30 uur	P. Hamelijnc	tel. 0492 462081
Woensdag	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	Angeline Klessens, Pieter Bloemers	tel. 06 28266382 tel. 06 13701333
Vrijdag	Wereld dansen 't Buitenbeentje	09.30-11.00 uur	Wilma Snijders	tel. 06 25244033
	Fitness Sportcentrum Lifestyle	10.30-11.30 uur	Yvonne Biemans	tel. 0492 462521
	Bridge-instuif 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