

Ons Seniorennieuws

Uitgave: mei 2025

magazine voor senioren



Een maandelijkse uitgave van



Senioren Vereniging Waspik

Aangesloten bij



GALM

SGW SPORTVERENIGING GALM WAALWIJK

50+

Merkt u dat nou ook?
Dat alles niet meer zo gemakkelijk en vlug gaat als vroeger.

Wilt u graag fit blijven?
Blijft dan zo lang mogelijk in beweging! U bent nooit te oud om te sporten. Kom gezellig samen met ons bewegen bij SGW Sportvereniging GALM Waalwijk.

GALM is een sportvereniging met gediplomeerde docenten, speciaal voor senioren, vanaf 50-plus. U kunt ook met ons mee doen als u een lichamelijke beperking heeft!

Wij bieden een gevarieerd lesprogramma op vaste tijden in Waalwijk, Sprang-Capelle en Waspik. De contributie bedraagt slechts € 35,- per kwartaal.

Twijfelt u nog?
Weet u niet zeker of GALM iets voor u is? Kom dan vrijblijvend kijken en met ons mee doen. Wij bieden 2 gratis proeflessen aan. Hierna kunt u beslissen of u lid wilt worden van GALM.

Kijk voor meer informatie en lesdagen op onze website:
www.galmwaalwijk.nl

SAMEN BEWEGEN

VOOR SENIOREN
OOK MET EEN LICHAAMELIJKE BEPERKING

GEVARIEERD LESAANBOD

GEDIPLOMEERDE DOCENTEN

LEUK & GEZELLIG

LAGE CONTRIBUTIE

IN WAALWIJK SPRANG-CAPELLE WASPIK

2 GRATIS PROEFLESSEN

www.galmwaalwijk.nl | sgwwaalwijk@ziggo.nl

Vers van het Land

Henk Dank

www.henkthank-versboerderij.nl
Oosterhoutseweg 24
tel: 06-53230972

HIER KAN UW ADVERTENTIE KOMEN

VAN DER HEIJDEN

TWEEWIELERS

VERKOOP • ONDERHOUD • REPARATIE
www.vanderheijdentweewielers.nl
Schoolstraat 9a Waspik 0416 - 314001

Kapsalon ANITA

Hoofdstraat 30
5161 PG Sprang Capelle
0416 - 312491

Voel je écht thuis bij De Statie!

meubelprogramma Napels

15% korting

kortingen tot wel **20%**

Alle relaxfauteuils in maatwerk, leverbaar in vele kleuren leder en stof
* Vraag naar de mogelijkheden

Dé specialist in wonen, slapen en zitten.

*** De Statie wonen**
Stationslaan 2 • Waspik • 0416 311 229 • www.destatiewonen.nl

Ons Seniorennieuws mei 2025

pag. 04	Activiteiten mei, juni en juli 2025
pag. 05	Voorwoord
pag. 06	Lief en leed april 2025
pag. 07	Bloemschikken bij Annabel, zie aanmeldingsformulier
pag. 08	Impressie Algemene Ledenvergadering 11 april 2025
pag. 09	Nieuws van de felicitatiedienst
pag. 10-11	Puzzel Oplossing Sudoku april en nieuwe puzzel Doorloper
pag. 12	Moederdag
pag. 13	GRATIS Op stap met de Museum Plus Bus, zie aanmeldingsformulier
pag. 14	Parkeerkaart Gehandicapten
pag. 15	Project "Oog voor elkaar" data van bijeenkomsten
pag. 16	Rubriek Wist u dat....
pag. 17	Gedicht "Op het eerste gezicht"
pag. 18	Is het (on)veilig om twee verlengsnoeren aan elkaar te koppelen
pag. 19	Doneren via QR-code, is dat veilig?
pag. 20	Tot uw dienst
pag. 21	Onze organisatie

Ons Seniorennieuws is een uitgave van Seniorenvereniging Waspik en verschijnt 10 x jaar. Oplage ca. 350. Het Seniorennieuws wordt gratis bezorgd bij de leden en relaties van de afdeling.

Redactie: Franca Hooijmaijers. Lay-Out: Franca Hooijmaijers.

Redactieadres: Vrouwkensisvaartsestraat 12A, 5165 NP Waspik,

Tel. 0416-313312, e-mail svwfhooijmaijers@ziggo.nl

De contributie voor het lidmaatschap bedraagt € 33,00 per jaar, waarbij voor degene die automatisch betalen een korting wordt verleend van € 1,50. Rekeningnummer Rabobank: NL55RABO 0156521466. De bijdrage wordt in januari afgeschreven.

Lid worden kan vanaf de leeftijd van 50 jaar via een aanmeldingsformulier te verkrijgen bij het secretariaat. Opzegging van het lidmaatschap kan alleen schriftelijk voor 1 december voorafgaande aan het nieuwe verenigingsjaar dat op 1 januari begint. Bij tussentijdse opzegging is geen restitutie mogelijk. Ook in geval van verhuizing en een overlijden, schriftelijk mee te delen aan het secretariaat.

Secretariaat: adres: Hazelaarstraat 8, 5165 AW Waspik.

Telefoon: 0416-314311

Druk: Drukkerij Waalwijk

**Kopij voor de volgende uitgave van Nieuws
graag uiterlijk 15 mei 2025 aanleveren**

Geheel of gedeeltelijk overname van artikelen en/of berichten is toegestaan, mits daarbij vermeld: Overgenomen uit Ons Seniorennieuws.

COLOFON

Activiteiten mei, juni, juli 2025



Donderdag 22 mei
Bloemschikken
bij
Annabel's Workshop

Voor aanmelding: zie informatie op
pagina 7

De activiteit in de maand juni is nog
niet bekend.

????????????????????



Museum Plus Bus

Op stap met de **Museum Plus Bus**
21 juli 2025.

Meer informatie vindt u op
pagina 13.

Meld u tijdig aan.

VIVO
LEKKERNIJEN



VIVO-Lekkernijen

't Lekkerste van Brabant!

Ook voor uw eindejaars- en relatiepakketten!

Telefoon: 0416-537540 of Mob.06-53326768

E-mail: info@vivo-lekkernijen.nl

Raadhuisstraat 45a, 5161 BD Sprang-Capelle

Voorwoord

Voor u ligt Ons Seniorennieuws van de maand mei. Een weerspreuk die bij de maand mei hoort luidt:

Meiregen genoeg en 't weer is mooi, dan 't hele jaar lang brood en hooi.



In dit nummer van Ons Seniorennieuws hebben we veel nieuws opgenomen. We maken u onder meer attent op de activiteiten, waarvoor u zich kunt aanmelden: zoals het bloemschikken en het uitstapje met de Museum Plus Bus naar het Joods Museum in Amsterdam. Wacht niet te lang, want bij alle twee de activiteiten geldt: VOL = VOL.

Ook vragen we uw aandacht voor het project "Oog voor elkaar". In de afgelopen algemene ledenvergadering attendeerde onze voorzitter iedereen op dit project, vooral met het oog op de toekomst. Het doel is de zelf- en samenredzaamheid van senioren te vergroten en te komen tot initiatieven die aansluiten bij de (lokale) behoeften en mogelijkheden. Meld u aan en kom naar de bijeenkomst op 20 mei a.s.

Het gedicht "Op het eerste gezicht" dat we van Rianne ontvingen, sluit enigszins aan bij bovengenoemd project. Het is vooral een overweging over het ouder worden met alle bijkomende euvels en mankementjes die daar bij horen.

En natuurlijk is het de tweede zondag in mei Moederdag. De geschiedenis van Moederdag vindt u in een artikel, dat Willemien ons stuurde.

En wat hebben de 'bezoekers' van onze algemene ledenvergadering genoten van de lezing door René Bastiaanse over het vroegere "Rijke Roomsche Leven". Heel herkenbaar!

Tot slot kunt u weer puzzelen. Een pittige doorloper dit keer.

Hartelijke groeten,

Bestuur



Van ons zijn heengegaan:
 Dhr. B. Rekkers
 Mevr. N. Smits.
 We wensen nabestaanden
 veel sterkte.
 Moge beiden rusten in vrede.



In mei feliciteren we de volgende jarigen van 80 jaar en ouder:

Dhr. J.L.M. Kuijpers	01-05
Dhr. A.P.M. Smits	01-05
Mevr. D. Verschuren – de Groot	05-05
Mevr. A. Verschuren – Nouwens	05-05
Mevr. C.T.M. van Gerwen	06-05
Mevr. M. van Seters-Kuijte	07-05
Dhr. J.H. van Houwelingen	08-05
Mevr. H.P. van Hooren – Kuijsters	08-05
Mevr. P.C.M. Berkelmans	09-05
Mevr. M.J.C. Verschuren	15-05
Mevr. D. Dalmayer	17-05
Mevr. G.J.M. Oome – Smits	18-05
Dhr. J.W. van Hooren	23-05
Mevr. Van den Houdt – Slaats	23-05
Mevr. P.A.M. Brouwers – de Zeeuw	24-05
Mevr. I.G.E. van Rossum	26-05
Mevr. M. Kemmeren – de Jong	31-05

Ook alle andere jarigen in mei van harte gefeliciteerd. Allemaal een fijne dag toegewenst.

Welkom aan onze nieuwe leden

Mevr. T. Vogels
 Mevr. C. Kamp
 Mevr. E. van den Heuvel
 Dhr. J. Broeders en mevr. E. Broeders



Bloemschikken bij ANNABEL

Het lijkt ons leuk om met een flink aantal mensen te gaan bloemschikken.
Dit gaan we doen bij:

ANNABEL

Carmelietenstraat 68

Waspik.

en wel op **donderdag 22 mei 2025.**

Dit is mogelijk in de **voormiddag van 10.00 tot 12.00 uur**

of in de **namiddag van 14.00 tot 16.00 uur.**

De tijd kan altijd iets uitlopen.

Kosten € 20.- p.p. Inclusief koffie/thee en alle materiaal.

VOL = VOL. Per groep max. 12 deelnemers. Totaal dus 24 personen.

Het aanmeldingsformulier met € 20.- contant in een envelop kunt u tot uiterlijk 9 mei in de brievenbus doen bij Elly Span, Schoolstraat 20 A.

Aanmeldingsformulier

Naam

Adres

Telefoonnummer Lidnummer

Ik doe graag mee met het bloemschikken op donderdag 22 mei.

Aankruisen s.v.p. wat de voorkeur heeft.

Ochtend ☒

Middag ☒

Maakt me niet uit ☒



Korte impressie van Algemene ledenvergadering 11 april 2025.

Op 11 april jl. vond onze algemene ledenvergadering plaats in Sociaal Cultureel Centrum "Den Bolder". Ongeveer 60 leden waren aanwezig. Onder het genot van een kop koffie of thee met een lekkere plak cake werden we verwelkomd door onze voorzitter, de heer Bert de Graauw.

In zijn welkomstwoord spreekt hij o.a. zijn waardering uit voor allen die deze vergadering weer mogelijk hebben gemaakt. Hij dankt iedereen die hier vanmiddag aanwezig is.

Het huishoudelijke gedeelte van de bijeenkomst, wat voor de meesten van ons een beetje saai lijkt, is natuurlijk een verplichte gang van zaken. Zoals de goedkeuring van het verslag van de vorige vergadering, het jaarverslag van onze vereniging, het aparte jaarverslag van de activiteitencommissie. Dat laatste werd door Will Hooijmaijers goed verwoord. Dan zijn er de financiële zaken. Ook die werden goedgekeurd door de aanwezigen met dank aan de penningmeester, mevrouw Lia Willekens. Tot slot gaf onze secretaris, mevrouw Nelleke van Etten een toelichting op de aanpassing van de statuten. Bij dit alles werd dankbaar gebruik gemaakt van een zogenoemde Power Point Presentatie.

Na dit formele gedeelte van de bijeenkomst was er een korte pauze. Er werd voor drankjes gezorgd en men ging rond met lekkere borrelhapjes. De activiteitencommissie had gezorgd voor een bijzondere gast voor het entertainment, nl. René Bastiaanse, bekend van Omroep Brabant. Dit keer ging het niet over De Wandeling; nee, hij verraste ons met bijzondere, gezellige en herkenbare anekdotes uit het "Rijke Roomsche Leven" van vroeger.



Aan de hand van de vele foto's herinnerde hij ons aan de tijd van vroeger: veel grote gezinnen, het 'ploeteren' van de zogenoemde keuterboertjes en hoe katholiek het hier in Brabant was. Hoe trots ouders waren als een of meerdere kinderen uit zo'n groot gezin priester werden of als non of broeder het klooster in gingen. De bemoeienissen van de pastoors en kapelaans met de gezinsplanning!!! Ondanks de negatieve berichten die de laatste jaren in de krant verschenen over seksueel misbruik binnen de katholieke kerk, liet René ons ook zien, dat nonnen en broeders toch heel veel goeds hebben gedaan op de scholen. Denk daarbij dan aan het onderwijs aan bijvoorbeeld dove en blinde kinderen.

Het waren zeer herkenbare verhalen, die René met humor aan ons vertelde. Tot slot had René een kleine quiz met vragen over hetgeen hij had verteld. Het was een heel leuke afsluiter.

Na afloop dankte Elly Span hem hartelijk voor zijn komst naar Waspik. Hij ontving een lekkere fles wijn, die hij graag aan nam en die hij zich goed zou laten smaken, zoals hij zelf zei.

Mensen van de activiteitencommissie en vrijwilligers van Den Bolder, heel hartelijk dank voor al jullie goede zorgen.

OPROEP

**Voor de bezorging in Waalwijk van Ons Seniorennieuws en Magazine ONS
zijn we dringend op zoek naar een bezorger.**

Wie o wie wil dit op zich nemen?

Het betreft 7 adressen verspreid over Waalwijk.

Meld u aan via onze secretaris, Nelleke van Etten, tel. 0416-314311

NIEUWS VAN DE FELICITATIEDIENST.

Na vele jaren van inzet is mevrouw Rie Lodewijks gestopt bij de felicitatiedienst. Rie nogmaals heel hartelijk bedankt.

Gelukkig hebben we een plaatsvervangster, die zich graag aan u voorstelt.

"Jannie van Wijngaarden is mijn naam. Sinds vier jaar woon ik in Waspik. Als hobby lees en puzzel ik graag. Omdat ik graag wat mensen wil leren kennen, ben ik met vrijwilligerswerk begonnen. Bij "De Schakel" en in "De Stroming" draag ik mijn steentje bij. Ook het Klauterwoud kan op mij rekenen.

Ik ben lid geworden van Senioren Vereniging Waspik en dacht, hier kan ik ook nog wel een klein beetje doen. Voor de felicitatiedienst heb ik in april de eerste leden al mogen feliciteren. Ik merk dat het erg wordt gewaardeerd door de jarigen. Tot zover mijn introductie als lid van de felicitatiedienst."

Jannie een warm welkom. Fijn dat je ons team komt versterken.

Bij deze nogmaals een oproep: mocht u een ander telefoonnummer gaan gebruiken, laat het ons weten. Dat bespaart ons veel moeite. Ook als u een ander e-mail adres krijgt: geef het aan ons door!

Graag doorgeven aan Elly Span, tel. 0416 311355 of aan Nelleke van Etten tel. 0416 314311.



**De oplossing van de pittige sudoku uit
Ons Seniorennieuws van april is**

93274

Uit de 12 goede inzendingen, trokken we als winnaar
de heer Anton Vissers.

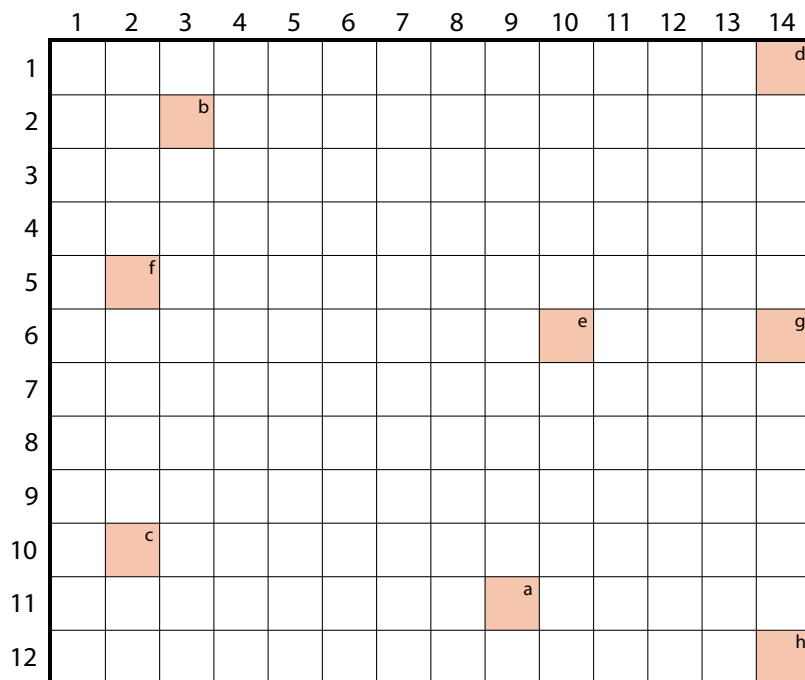
Hij koos voor een geschenkbond van Slagerij Snels.



**Een nieuwe puzzel vindt u op de volgende
bladzijde.**

Horizontaal: 1 geurstof; koningstitel; waanzin - 2 mestvocht; vaandel; akelige vrouw - 3 gebouw in Amsterdam; schrijfvloeistof; ingeven; een zeker iemand - 4 mode; na die tijd; computertoets - 5 hoon; oostzuidoost; toog - 6 lidwoord; woestijnbron; benaming; opgeld - 7 nageslacht; mousserende appelwijn; autohandelaar - 8 milligram; heilige; riv. in Frankrijk; positieve elektrode - 9 boomscheut; ondiepe plas; speer; getal - 10 gesloten; taaleigen; zoete vrucht - 11 ontkenning; roem; kelner; bladgroente - 12 woonboot; roofvogel; droevig.

Verticaal: 1 zeer onwetend; vulkaan op Sicilië - 2 eigenaardig; ochtendjas - 3 brandstof; gehoororgaan; prik v.e. insect - 4 meterton; ongeschonden; shoarmabroodje - 5 Algemeen Beschaafd Nederlands; afgepaste hoeveelheid; riv. in Duitsland - 6 Japanse rijstwyn; landsgebruik; lerland - 7 inleidend deel; kuip; domoor - 8 Romanum Imperium; inwonend; zwaar metaal - 9 plechtige gelofte; planeet; openbare functie - 10 mestvork; bocht in een rivier - 11 voedsel; uitgebakken spek; Indiaas gewaad - 12 Grieks eiland; vuurglans; selenium - 13 land in Afrika; niet helemaal - 14 tafelgast; hoog bouwwerk; stuk hout.



© www.puzzelpro.nl



Stuur de oplossing van deze puzzel uiterlijk **15 mei 2025** met **vermelding van uw telefoonnummer** naar

Will Hooijmaijers, Chopinlaan 2, 5165 CM waspik
E-mailadres: willennol@gmail.com

Doe mee en maak kans op een cadeaubon naar keuze. Veel puzzelplezier

Op 11 mei is het weer zover: Moederdag.

Die ene speciale dag in het jaar om de belangrijkste vrouw(en) in je leven in het zonnetje te zetten. Een cadeautje, bloemetje, ontbijt op bed (kruimels gratis erbij....)
Allemaal heel leuk en gezellig natuurlijk, maar waar komt moederdag eigenlijk vandaan?

Wat is de geschiedenis van deze bijzondere dag?

Moederdag heeft zijn wortels in het oude Griekenland, maar de versie zoals wij die kennen, vindt zijn oorsprong in Amerika. De officiële stichter, Anna Jarvis, organiseerde in 1908 de eerste Moederdag als een manier om respect en liefde voor moeders te tonen.

Het duurde niet lang voordat deze dag nationale erkenning kreeg en wereldwijd werd gevierd. Jarvis' idee was simpel: een dag om de onbaatzuchtige bijdrage van moeders aan de samenleving te erkennen.

De complexiteit van moederdag.

Maar wat als moederdag niet alleen maar rozengeur en maneschijn is voor je?

Wat als deze dag je confronteert met het verlies van je kind, de pijnlijke realiteit van een gebroken moederband, of worsteling met het traditionele moederbeeld? Je bent niet alleen.

Voor velen is moederdag een dag van gemengde gevoelens, een dag waarop het gemis extra hard binnenkomt.

Het is belangrijk om te erkennen dat deze gevoelens er mogen zijn. Moederdag kan ook een dag van reflectie, van het herdenken wat was, of het vieren van alternatieve vormen van moederschap. Denk aan de invloedrijke vrouwen in je leven, de vrienden die als familie voelen. Moederschap is niet altijd biologisch; het is een rol die in vele vormen komt.

Moederdag: een moment van liefde, in alle vormen en maten!

Moederdag is meer dan een commerciële feestdag; het is een moment van waardering, van reflectie. Hoe je deze dag ook ervaart, weet dat jouw gevoelens geldig zijn. En onthoud: liefde, in al zijn vormen, is het uiteindelijke doel van deze dag. Laten we die liefde vieren, in welke vorm dan ook!

Bron: Pinterest





Op stap met de Museum Plus Bus

Na diverse pogingen zijn we ingeloot voor een dagtrip met de Museum Plus Bus.

En daar zijn wij als activiteitencommissie enorm blij mee. **Het GRATIS uitje met de Museum Plus Bus naar het Joods Museum in Amsterdam is op maandag 21 juli 2025.** De organisatie zorgt voor deur-tot-deur vervoer, entree tot het museum, een kopje koffie bij aankomst en een rondleiding door het museum. Het museumcafé van het Joods Museum biedt groepen een speciaal menu aan voor €14,75 p.p. Dat is voor eigen rekening.

We moeten op korte termijn laten weten of we mee gaan. Daarom is het noodzakelijk dat u zich tijdig aanmeldt. Mogelijkheden voor 2 vaste rolstoelen en 10 rollators (**opvouwbaar**)
Maximaal 45 deelnemers.

VOL = VOL

Wij moeten dit aanmelden voor half juni.

Tijd van vertrek op het Dorpsplein volgt nog.

AANMELDSTROOK MET EENMALIGE MACHTING VOOR € 14,75

(dit bedrag wordt afgeschreven rond 21 juli)

Door ondertekening van formulier geeft u toestemming aan de Senioren Vereniging Waspik om een incasso opdracht te sturen naar uw bank om eenmalig een bedrag af te schrijven wegens het uitstapje met de Museum Plus Bus op maandag 21 juli 2025, overeenkomstig de opdracht van de Senioren Vereniging Waspik.

**Inleveren vóór 8 juni a.s. bij Elly Span in de brievenbus,
Schoolstraat 2A, Waspik**

Naam.....

Adres.....

Postcode.....Woonplaats.....

Lidnummer: Tel.nr.

Rolstoel of rollator (doorstrepen wat niet van toepassing is).

IBAN Rekeningnummer.....

Bedrag €.....

Plaats

Datum.....

Handtekening:.....

Parkeerkaart Gehandicapten

Kun je niet goed meer lopen? En rijd je in een brommobiel of auto? Of rijd je altijd met iemand mee? Dan kun je een parkeerkaart voor gehandicapten aanvragen, of een eigen parkeerplaats dichtbij je huis.

Parkeerkaart

De gemeente heeft speciale parkeerplekken voor mensen met een beperking, b.v. bij de supermarkt of het ziekenhuis. Dat zijn plaatsen waar je alleen mag parkeren met een gehandicaptenparkeerkaart. Je kunt deze kaart aanvragen als je zelf rijdt (de bestuurderskaart). Je kunt de kaart ook aanvragen als iemand anders altijd voor je rijdt (de passagierskaart). Daar zitten wel voorwaarden aan.

Voorwaarden Bestuurderskaart

Bij een bestuurderskaart moet je bestuurder zijn van een motor voertuig op meer dan twee wielen (b.v. een auto, brommobiel of Canta). Je moet een rijbewijs hebben om een bestuurderskaart aan te kunnen vragen.

Passagierskaart

Heb je continu de hulp van de bestuurder nodig bij het vervoer van deur tot deur? Vraag dan een passagierskaart aan.

Voorwaarden beide kaarten

Voor de bestuurderskaart en de passagierskaart geldt dat je moet voldoen aan één van de volgende voorwaarden: je hebt een chronische beperking, waardoor je geen 100 meter kan lopen zonder te pauzeren (ook niet met een loophulpmiddel), je zit permanent in een rolstoel, je hebt een andere aantoonbare, ernstige beperking (anders dan een loopbeperking), waardoor je een gehandicaptenparkeerkaart nodig hebt. Je kunt de gehandicaptenparkeerkaart aanvragen als je deze door je beperkingen minimaal een half jaar nodig hebt. De kaart is vijf jaar geldig. De bestuurderskaart en de passagierskaart staan beide op naam en mogen door niemand anders worden gebruikt. Het kenteken hoeft je niet door te geven

Kosten

Wil je een bestuurderskaart of een passagierskaart? Dan vraagt de gemeente advies bij een onafhankelijke arts. Die gaat kijken of je de kaart echt nodig hebt. Daar betaal je € 75,- voor. De parkeerkaart kost ook geld. In 2024 kost hij € 113,10.

Gehandicaptenparkeerkaart aanvragen Eigen parkeerplaats

Misschien is er dichtbij jouw huis geen speciale parkeerplek voor mensen met een beperking. Of er is nooit plek op straat. Dan kun je vragen om een eigen parkeerplaats voor gehandicapten. Als de gemeente je aanvraag goedkeurt, komt er een bord te staan met het nummerbord van je auto. Dan heb je een eigen parkeerplaats in de buurt. Je bent de enige die daar mag parkeren.

Je komt alleen in aanmerking voor een eigen parkeerplaats voor gehandicapten als je al een parkeerkaart hebt. Voor de aanvraag betaal je € 51,30. Je betaalt ook voor de aanleg van deze gehandicaptenparkeerplaats: € 280,25. Je vraagt de eigen parkeerplaats aan bij de gemeente.

Bel met Bouwen Wonen en Leefomgeving: 0416 - 683 456 (maandag t/m vrijdag 8.30 tot 12.30 uur) of stuur een e-mail naar fobwl@waalwijk.nl.

Bron: Gemeente Waalwijk



Praat vandaag over morgen.

Senioren zijn zelf aan zet!



Het Platform Oog voor Elkaar, een samenwerkingsverband van ouderenverenigingen Sprang-Capelle, Waalwijk en Waspik, organiseert een aantal bijeenkomsten onder het motto: *Praat vandaag over morgen*. Het is bedoeld voor alle inwoners van 55+. Het doel is de zelf- en samenredzaamheid van senioren te vergroten en te komen tot initiatieven die aansluiten bij de (lokale) behoeften en mogelijkheden.

Niet goed voorbereid

Senioren willen graag in hun vertrouwde omgeving blijven wonen, hun zelfstandigheid zoveel mogelijk behouden, naar elkaar omzien, maar ook passende zorg krijgen als dat nodig is. Maar dat is allemaal niet meer zo vanzelfsprekend in deze tijd. Dat komt onder andere door de sterke vergrijzing en het personeelstekort in de zorg. Het uitstellen van beslissingen over de eigen woon/zorg-toekomst en pas iets gaan ondernemen als het te laat is, kan ertoe leiden dat senioren de regie verliezen die ze juist zo graag willen behouden.

Van vergrijzingsangst naar samenredzaamheid

Om wonen, zorg en welzijn nu en in de toekomst goed vorm te geven is een krachtenbundeling van seniorenverenigingen, gemeenten, zorgaanbieders en woningcorporaties nodig. Van vergrijzingsangst naar samenredzaamheid is onze gezamenlijke opdracht! Maar dat begint met goed geïnformeerd zijn en samen nadenken over de toekomst.

Bijeenkomsten

De eerste bijeenkomst geeft een kijkje in de toekomst. We gaan ook in gesprek over concrete casussen en we bespreken de rol van de buurt als het gaat om eenzaamheid en veiligheid. Deze bijeenkomst wordt in alle kernen georganiseerd volgens het volgende schema:

Sprang - Capelle	23 april 2025,	14.00 – 16.30u	Zalencentrum “Zidewinde”
Waalwijk	15 mei 2025,	14.00 – 16.30u	Bowlingcentrum Waalwijk

Waspik 20 mei 2025, 14.00 – 16.30u in scc “Den Bolder” Waspik.

Na de zomer zullen ook nog 2 bijeenkomsten worden georganiseerd. Een met speciale aandacht voor het **Wonen** en de ander voor **Zorg**.

Interesse?

De bijeenkomsten zijn gratis inclusief een kopje koffie. Leden van onze vereniging kunnen zich aanmelden voor de bijeenkomst in Waspik bij het secretariaat van Senioren Vereniging Waspik via email: nellekevdd@gmail.com of telefonisch: 0416-314311.

Niet-leden kunnen zich aanmelden via e-mail h.wachtelsvandenbergh@gmail.com of bellen naar 06-55888507



Dit project wordt mede mogelijk gemaakt door het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport in samenwerking met Senioren Brabant-Zeeland.

Wist u dat.....

... op de **website "NL voor elkaar"** u altijd iemand kunt vinden, die bereid is om te helpen met een klusje in of rond het huis! Niet iedereen kan terugvallen op familie of een goede buur. Dan is de genoemde website een uitkomst. Hier stellen mensen zich beschikbaar om u vrijwillig te helpen met wat uw hulpvraag ook is. Ook kunt u zelf een berichtje erop zetten. Onze secretaris Nelleke van Etten wil u daar graag bij helpen, mocht u er zelf niet uitkomen.

Ook als u zelf tijd over heeft en iets voor een ander zou willen betekenen, kunt u op deze website terecht. Een keur van mogelijkheden. Neem eens een kijkje, zou ik zeggen.



... er een **app** bestaat **112nl** die je op je telefoon kunt downloaden.

Je kunt de app gebruiken bij bijvoorbeeld als je valt met de fiets. Als je de app gebruikt weet men precies je locatie. Wel je locatie aanzetten op je telefoon.

... dat er op **maandag 2 juni 2025 in buurthuis 't Schooltje** een cursus wordt gegeven hoe je moet handelen bij b.v. een hartstilstand. Je oefent met reanimeren en het gebruik van een AED, onder begeleiding van een gecertificeerde instructeur.

Tijd: 14.00 – 16.00 uur. Deelname is gratis.

Aanmelden: vóór 1 mei via info@buurthuis-schooltje.nl

... de **GO Fit-gids** vernieuwd is! Deze papieren gids vol creatieve activiteiten en beweegaanbod voor 50-plussers en mensen met een 'beperking' is flink onder handen genomen. Met nieuw aanbod én een mooie nieuwe indeling om de gids ook gebruiksvriendelijker te maken.

Wil je een exemplaar opvragen?

Neem contact op met de GO Fit-beweegcoaches:

- Annika Jabroer: annikajabroer@contourdetwern.nl | 06 - 22750374
 - Ine van Liempd: inevanliempd@contourdetwern.nl | 06 - 33041431
- of met Uniek Sporten Midden Brabant:
- Judith van Berkel: judith.van.berkel@tilburg.nl | 06 - 21000132



.... het boek "Waspik in Kleur" nog steeds te koop is!



Van Rianne Broekmans ontvingen we onderstaand gedicht:

Gedicht “Op het eerste gezicht”

Met ons senioren is niets aan de hand
wij zijn nog uitstekend van lijf en verstand.
Al hebben we spijkers in heupen en knieën
en krijgen we last van teveel calorieën
en zenuwen, reuma, van spierpijn en jicht
we zijn nog fantastisch op het eerste gezicht.

Het lopen op steunzolen valt echt wel mee
en met ons gebit zijn we allen tevree.
Wij willen nog veel, dat willen we weten,
maar wat we nu willen, dat zijn we vergeten.
Al groeien we krom, naar de aarde gericht
we zijn nog fantastisch op het eerste gezicht.

De jeugdige liefde was mooi en apart,
nu dragen we pacemakers onder ons hart.
Wij denken met weemoed aan vroegere jaren,
de tijd dat we vurige minnaars waren.
Nu voelen we scheuten in ieder gewricht, maar
we zijn nog fantastisch op het eerste gezicht.

Wij ouderen worden wat langzaam en traag
en slikken pillen voor darmen en maag.
Wij kruipen 's avonds doodmoe in ons bedje
en nemen voor het slapen een zenuwtabletje.
Al valt voor bejaarden het leven niet licht
we zijn nog fantastisch op het eerste gezicht.

De adem wordt kort, de kelen te droog,
de pols is te snel en de bloeddruk te hoog.
De jaren gaan tellen, wij willen niet zeuren,
ondanks de rampen die met ons gebeuren.
Wij hebben te veel of te weinig gewicht, maar
we zijn nog fantastisch op het eerste gezicht.

Al geven de zintuigen kommer en kwel
met bril en gehoorapparaat lukt het nog wel.
Al brengt de ouderdom soms kleine verdrietjes,
spontaan zingen we steeds nog onze liedjes.
Wij hopen dat u zegt na dit laatste gedicht:
“Wij blijven fantastisch op het eerste gezicht”.

Gedicht van Willem Bronsema, leefde van 1879-1955.



Is het (on)veilig om twee verleng snoeren aan elkaar te koppelen?

Feiten en fabels over uw verleng snoer

Niet alle huizen zijn voorzien van voldoende stopcontacten, zeker als uw huis is gebouwd in de eerste helft van de 20e eeuw. Hoe veilig is het om twee verleng snoeren aan elkaar te koppelen? Heeft u een gebrek aan stopcontacten? Dat kan lastig zijn bijvoorbeeld als u verlichting wilt ophangen. In principe is het mogelijk om twee of meer verleng snoeren aan elkaar te koppelen, maar het brengt wel bepaalde risico's met zich mee. Elk verleng snoer heeft een maximale belasting, een capaciteit, vaak uitgedrukt in watt of ampère. Als u twee snoeren aan elkaar koppelt, moet u ervoor zorgen dat de totale belasting niet hoger is dan de maximale capaciteit van het eerste verleng snoer! U kunt dus wel verschillende aan elkaar koppelen, maar beter niet méér apparaten in de verschillende contactdozen steken dan de bedoeling was bij het eerste snoer. Het gebruik van meerdere lange snoeren kan ook leiden tot spanningsverlies, wat kan resulteren in een verminderde werking van aangesloten apparaten.

Wanneer ontstaat een onveilige situatie met verleng snoeren?

Er zijn verschillende situaties waarin het gebruik van verleng snoeren onveilig kan zijn. Hier zijn enkele voorbeelden:

1. Overbelasting: Wanneer u te veel apparaten op een enkel verleng snoer aansluit, kan dit leiden tot overbelasting. Dit kan resulteren in het doorslaan van de zekering of, erger nog, brand.

Wanneer verleng snoeren te veel belast worden, kunnen ze zelfs oververhit raken, wat een brandgevaar met zich meebrengt.

2. Versleten snoeren: Als uw verleng snoer tekenen van slijtage vertoont, zoals beschadigde isolatie of blootliggende draden, gebruik het dan niet. Dit vergroot het risico op elektrische schokken en brand.

3. Verkeerde toepassing: Gebruik verleng snoeren niet in vochtige omgevingen zoals badkamers of buiten zonder dat ze speciaal voor die omstandigheden zijn ontworpen. Dit kan leiden tot kortsluiting of andere gevaarlijke situaties.

Kun je de computer aan of uit zetten door de powerknop van het verleng snoer te gebruiken? Nee, dat raden wij u af. Hier zijn enkele redenen waarom:

Risico op gegevensverlies: Als u de stroom naar uw computer abrupt onderbreekt in plaats van dat u hem 'netjes' afsluit, kan dit leiden tot gegevensverlies of beschadiging van bestanden.

Het is altijd veiliger om de computer op de juiste manier af te sluiten, dus met de powerknop van uw computer zelf. De computer zorgt er zelf voor dat alles correct wordt opgestart.

Schade aan hardware: Een plotselinge stroomonderbreking kan ook schade aan de hardware veroorzaken, vooral aan de harde schijf. Dit kan leiden tot defecten op de lange termijn.

Bron: Senioren Vereniging Waalwijk



Doneren via QR-code, is dat veilig?

Ding-dong! Goed doel aan de deur. Geen kleingeld in huis? Doneren kan nog steeds. Veel collectanten hebben een QR-code bij zich.

Is een QR-code donatie veilig?

Op de collectebus zit vaak een plaatje met een QR-code. Die kunt u scannen met de smartphone.

Staat in de QR-code het logo van iDEAL? Dan gaat de betaling via de iDEAL- en bankomgeving.

Dat is veilig. Bovendien krijgt de ontvanger geen naam of rekeningnummer te zien.

Kan er dan niks misgaan? Als de collectant een nep-QR-code plaatst, kan het geld van uw donatie verkeerd terecht komen. Maar dat geldt ook voor contante donaties. Hebt u te maken met een onbetrouwbare persoon dan doe je daar helaas niets aan.

Hoe werkt doneren met een QR-code?

- * Ontgrendel uw toestel en open de Camera-app.

- * Richt de camera op de QR-code.

- * Tik op de link die in beeld komt.

- * Controleer de url van de website die tevoorschijn komt. Die begint met 'qrcode.ideal.nl'. Is de url heel anders? Stop dan.

- * De iDEAL-omgeving of bank-app opent. Hoe de betaling verder gaat verschilt per bank. Vul in elk geval zelf het bedrag in of pas het aan. Betaal verder zoals u gewend bent.

Bron: SeniorWeb



Tot uw dienst:

E-bike Duo fiets centrale Waspik (EDW) bereikbaar via de volgende link:
<https://fietsmaatjeswaalwijk.nl/> Fietsmaatjes Waalwijk
formulier invullen op bovenstaande link! Daarna wordt contact opgenomen.
Géén internet: neem dan contact op met
Jan Beerens 06 14432816 of Marjoleine Veldhuisen 0416 311346

Vervoer- en Boodschappendienst Waspik
06-18 22 56 14
Graag 24 uur van tevoren aanmelden

Sociaal Contact Waspik

Marian van den Berg: 06-18435995
woensdag spreekuur op afspraak
van 10.00-11.30 uur in Den Bolder

CASADE
tel. 0800 55 222 22

Rijbewijskeuring:

Gemeenschapshuis Gildenbond Monseigneur Völkerstraat 3, 5171 JM Kaatsheuvel

Voor afspraak: Regelzorg tel. 088-2323300 Kosten € 60,00

Voor-Keur tel. 085-0607065 Kosten € 55,00

Belangrijke telefoonnummers:

Meldpunt Gemeente	tel. 0416-683456
Meldpunt vrijwillige huishulp	tel. 0416-333445
Zorgloket Waalwijk	tel. 0416-683456
Mozaïek Waalwijk	tel. 0416-333445

www.stichtingsenioren.nl



Senioren Vereniging Waspik op Facebook

Steeds meer senioren zitten op Facebook. Het is een leuke manier om contact te hebben met uw familie, vrienden en kennissen. Ook blijft u op de hoogte van allerlei leuke nieuwtjes. Uw seniorenvereniging is eveneens actief op Facebook. Dus volg ons! Hoe kunt u ons vinden? Ga naar de website van Senioren Vereniging Waspik. Klik op het Facebook-icoontje en u bent op onze Facebook-pagina. Klik op 'like' en op 'volgen'; u blijft op de hoogte van al het nieuws. U kunt ook via de eigen Facebook-pagina in de zoekbalk intypen: seniorenvereniging waspik. Of u gaat via uw browser naar

<https://www.facebook.com/kbowaspik>

Onze organisatie

Bestuur

Voorzitter Dhr. B. de Graauw	Hof van Polanen 14	tel. 312494
Secretaris Mw. N.van Etten	Hazelaarstraat 8	tel. 314311
Penningmeester Mw. C. Willekens	Schoolstraat 2H	tel. 06-49611122
Leden: Mw. N.Revet	Kerkstraat 11a	tel. 312921
Mw. F. Hooijmaijers	Vrouwkensvaartsestraat 12a	tel. 313312
Mw. E. Span	Schoolstraat 2Aa	tel. 311355
Mw. M. van de Berg	Benedenkerkstraat 87	tel. 06-18435995

Onze ouderenadviseurs

Mw. C. de Bruyn	tel. 06-20632983	email: cissydebruyn@wxs.nl
Dhr. B. de Graauw	tel. 312494	email: bertdegrauw46@gmail.com
Dhr. K. Koster	tel. 315150	email: oco@koskeester.nl

Onze belastingpapieren invullers

Dhr. B. de Graauw	tel. 312494	email: bertdegrauw46@gmail.com
Mw. C. de Bruyn	tel. 06-20632983	email: cissydebruyn@wxs.nl

Onze thuisadministrateurs

Dhr. B. de Graauw	tel. 312494	email: bertdegrauw46@gmail.com
Mw. C. de Bruyn	tel. 06-20632983	email: cissydebruyn@wxs.nl
Mw. N. van Etten	tel. 314311	email: nellekevdd@gmail.com

Cliëntondersteuning WMO

Dhr. K. Koster	tel. 315150	email: oco@koskeester.nl
----------------	-------------	--------------------------

Onze activiteitencommissie

Mw. W. Hooijmaijers	Chopinlaan 2	tel. 06-12916937 voorzitter
Mw. D. de Graauw	Hof van Polanen 14	tel. 312494
Mw. E. Span	Schoolstraat 2a	tel. 311355
Mw. N. Revet	Kerkstraat 11a	tel. 312921

Wij(k)diensten Waspik

Wijkpunt spreekuur: **Vanaf 1 mei zijn wij alleen op afspraak aanwezig.**

U kunt bellen naar **tel. 0416 760 160** voor het maken van een afspraak op woensdag tussen 10.00-12.00 uur

Coördinatie felicitatiedienst

Mw. E. Span	tel. 311355
-------------	-------------

Contact Casade

Mw. W. Hooijmaijers: tel. 06-12916937 en Mw. C. de Bruyn: tel. 06-20632983

Coördinatie Social Catering: Mw. A. De Bont tel. 0416-311860

Onze vaste activiteiten

Maandagmiddag Koor Zang en Vriendschap	Informatie Dhr. P. Heijmans	tel. 311787
Maandagmiddag Koersbal in 't Schooltje	Informatie Dhr. J. Cornelisse	tel. 315360
Dinsdagmorgen/vrijdagmorgen Fitness	Informatie Mw. F. Hooijmaijers	tel. 313312
Dinsdagmiddag Schilderen in Den Bolder	Informatie Mw. M. van den Berg	tel. 06-18435995
Dinsdag 1 x per 2 weken Kookclub 't Schooltje	Informatie Mw. A. Kouwenberg	tel. 311071
Donderdagmorgen Meer bewegen in Den Bolder	Informatie Mw. C. Willekens	tel. 06-49611122
Donderdagmiddag Jeu de Boules	Informatie Dhr. E. Verburgt	tel. 06-15492904
Rikken en jokeren	Informatie Dhr. Th. Rekkers	tel. 312630 of 06-10697340
Fietsen Samen wekelijks fietsen	Informatie Mw. J. Smits	tel. 312184

WWW.HORSTENMEUBELN.NL

Kwaliteitsmeubels tegen de aller scherpste prijs!

DIVERSE TOPMERKEN NU TOT **25% KORTING**



DE TOEKOMST | TWICE | GRANADA | EN MEER

DE GROOTSTE COLLECTIE **COMFORT** BANKEN



BANKSTEL ZORRO 3+1+1 ZITS
IN STOF MET LEDER ARM VANAF: **€ 2195,-**

DE GROOTSTE COLLECTIE **ZORG- & RELAXSTOELEN**



Relaxstoel Soraya
met **Sta-op hulp**

Normaal: € 1825,-

Nu: € 1445,-

Direct uit voorraad leverbaar

**Gratis
Taxi Service**

Heeft u geen vervoer?



Bel ons!

Horsten Meubelen
Kerkvaartsestraat 1
5165 VL Waspik
Tel: 0416-311945

DIVERSE SLAAPKAMERS & **DEELBARE LEDIKANTEN**



DIVERSE **ZORGBEDDEN**



Horsten Slaapcomfort
't Vaartje 9
5165 NA Waspik
Tel: 0416-312225

Service Apotheek Waesbeek

Hoe wij u kunnen ontzorgen:



Ook kunt u bij ons terecht voor:

- Drogisterij artikelen
- Homeopatische en
- Fytotherapeutische middelen
- Braces

Wilhelminastraat 4, 5165TJ Waspik
 • 0416 - 31 37 77 •
info@serviceapotheekwaesbeek.nl

Openingstijden
 Maandag t/m vrijdag
 9:00 - 12:30 uur
 13:00 - 17:30 uur

TIP: Onze afspraakkeuze via Service Apotheek-app zijn altijd open!

Klop Optiek
 Raadhuisplein 7 5161 CG Sprang-Capelle



www.kloptiek.nl

Gangbaard 2A,
 4941 AD Raamsdonksveer
 tel. 0163-571871

Kerkstraat 8
 5165 CG Waspik
 tel. 0416-311353

sinds 1932

snels
 De Zaak
 vol Smaak

*slagerij
 traiteur
 catering*

TOPKWALITEIT DOOR AMBACHTELIJKHEID!

Voor al uw dranken moet u bij
 Slijterij Van Alphen zijn
 Kerkstraat 14
 5165 CG WASPIK
 Tel. 0416 -312736



Bloemenboerderij
 De Langendam

Bloemen/Pluktuin/ Excursies/Arrangementen
 Workshops/Bloemschikken/Bakken

Voor openingstijden: raadpleeg onze website
 Groepen ook welkom buiten openingstijden; maak
 hiervoor een afspraak

En gezellig dagje uit
 voor jong en oud

't Vaartje 108, 5165 ND Waspik tel. 0416-312568
www.delangendam.com

**HET ADRES VOOR HET
 TOTALE ONDERHOUD
 VAN ALLE MERKEN**

**OOK NIEUWVERKOOP
 VAN ALLE MERKEN!**

VAKGARAGE
 Braat Auto's B.V.
 Raadhuisstraat 11 - Sprang-Capelle
 T. 0416-272753 - www.autobraat.nl

**CHEVROLET
 SPECIALIST**

KIA SPECIALIST

**Liefde
 verbindt mensen**

0416 - 851 405 (dag & nacht)



VAN-GORP
 UITVAARTZORG

Ook als je verzekerd bent

SNAPHAAN

Kom één keer
 bij ons langs,
 dan loopt u
 met ons weg

- Orthopedische
- Schoenen
- Semi-orthopedische
schoenen
- Steunzolen
- Loopanalyse
- OVAC
- VLOS
- Huispantoffels
- Werkschoenen

Hertog Janstraat 2 | 5141 KJ Waalwijk
info@snaphaanschoenen.nl | 0416 65 12 03

Maaltijd Thuis

**Geniet van
 lekker eten**

zonder zelf te koken

BESTEL NU

Proefpakket
 4 maaltijden
24.00

Bij Maaltijd Thuis vinden
 wij het belangrijk dat u
 kunt genieten van gezonde,
 lekkere en koelverse
 maaltijden.

Edwin en Marina
 Uw Maaltijd Thuis bezorgers

013 - 8200 954 maaltijdthuis.nl



fitFORM
member of Wellco

Gun uzelf het genot van professioneel zitcomfort

Wilt u iedere dag heerlijk zitten en gemakkelijk opstaan? Kies het model dat bij u past, individueel op maat met 10 jaar garantie.

Zitexperts kiezen Fitform:

- Individueel maatwerk
- Relaxed én gezond zitten
- Vermindert rugklachten
- Prettige sta-op functie
- 10 jaar garantie

Scan de code en maak nu een afspraak:



Uw Fitform dealer:

de Seniorenwinkel Kaatsheuvel
www.deseniorenwinkel.nl

Jan de Rooijstraat 1A - 0416-279944
Geopend: dinsdag t/m vrijdag 10.00-16.00 uur
en maandag en zaterdag op afspraak open.

Uw Fitform-zitspecialist nodigt u uit voor een proefzit en persoonlijk zitadvies!





LINDA



CHRISTIAAN

LEEMANS
UITVAARTVERZORGING

Tel. 0162 - 403912 / 06-13677441
www.leemansuitvaartverzorging.nl
www.uitvaartondernemingsmaatschappij.nl
Voor de hele regio en omstreken

BELEID AANBEVOLEN

DAGEN NACHT BEGRUFT

- VOOR VERZORGING VAN BEGRAFENISSEN EN CREMATIE, STILVOL EN PERSOONLIJK NAAR UW WENSEN.
- REKEND MET ALLE GELOOFSGEVERTIGINGEN EN RITUELEN.
- VOORAF REGELING / WILGENBOEKJE
- WAAR EN OF U VERZEKERD BENT, MAAKT NIET UIT.
- OPMAREN THUIS, IN EEN DOOR U GEWENST MORTUARIUM IN UW WOONPLAATS OF REGIO OF IN DE STEEDEN INGERICHTTE ROOZWAKERS EN 24-UREN FAMILIEROOZWAKERS BIJ LEEMANS.

UW LAATSTE ZORG IN GOEDE HANDEN

Voor al uw financiële en/of verzekeringsvragen kunt u contact opnemen met

THEUNS
Assurantiën en Hypotheken B.V.

Adviseur: Andrew Theuns

Adres Dorpsplein 19
5165 CJ Waspijk

Tel 0416 - 31 54 32
E-mail info@theuns-assurantiën.nl
Website www.theuns-assurantiën.nl

Een hoortoestel valt minder op dan slecht horen!

Bel ons voor een hoortest!
U wordt gemeten volgens de RIVM richtlijnen

Brabant Oor
horen · verstaan · communiceren

Bloemenoordplein 38a
5143 TC Waalwijk
T 0416 77 86 60
www.brabantoor.nl

WESLEY | PT-SPORTS

CHOOSE YOUR WORKOUT!

☎ 06 - 22 87 04 09

📍 CARMBLIJENSTRAAT 21, WASPIJK

✉ INFO@PT-SPORTS.NL

📍 WESLEY PT-SPORTS

📷 WESLEY_PT-SPORTS