

Ons Seniorennieuws

Uitgave: juli/augustus 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?
Blijf 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

www.henkdanck-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 juli/augustus 2025

pag. 04	Activiteiten juli en augustus 2025
pag. 05	Voorwoord
pag. 06	Lief en leed april 2025
pag. 07	Ochtend bloemschikken bij Annabel
pag. 08	Laatste informatie voor deelnemers dagtocht naar Joods Museum
pag. 09	Laatste informatie voor deelnemers dagtocht Sail Amsterdam
pag. 10	Fiets 3-daagse Waspik
pag. 11	Nieuws over Geheugenpaviljoen Waspik
pag. 12-13	Oplossing puzzel juni en nieuwe puzzel
pag. 14	Bewegen met fysiotherapeuten Mijzo in De Stroming
pag. 15	Kaarten in 't Schooltje: najaar en kaartmarathon
pag. 16	Jeu de boulesclub "Laat ze rollen"
pag. 17	Mieren
pag. 18	Bericht voor mensen die in de Vriendenloterij meespelen
pag. 19	Excursie ER Classic Cars
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 of via onze website: www.seniorenverenigingwaspik.nl.

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 augustus 2025 aanleveren**

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

COLOFON

Activiteiten juli en augustus 2025



Op stap met de **Museum Plus Bus**
21 juli 2025
naar het Joods Museum.
Aankomst bus in Waspik
Dorpsplein 09.00 uur
Vertrek 09.30 uur

SAIL 2025

VRIJDAG 22 AUGUSTUS 2025
09.15 uur: Vertrek
Theresiakerk- Carmelietenstraat
Waspik

09.30 uur: Vertrek
aan het Dorpsplein Waspik



**We wensen u bij beide activiteiten heel
veel plezier en gezelligheid.**



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

De zomermaanden juli en augustus 'staan weer voor de deur'. Dat betekent vakantietijd voor velen van ons.



En bij de zomer hoort natuurlijk een van de vele weerspreuken:

"Als juli u niet ligt te heten, dan zal gans augustus u zweten".

Het Seniorennieuws dat voor u ligt is voor twee maanden: juli en augustus. Voor degenen die zich hebben aangemeld voor een activiteit, hetzij in juli of in augustus, staat in dit nieuws nogmaals een herinnering. Het betreft de uitstapjes naar het **Joods Museum op 21 juli** en naar **Sail Amsterdam op 22 augustus**.

Maar ook in ons eigen Waspik is tijdens de zomermaanden nog van alles te doen. Zo kon u zich in juni aanmelden voor diverse activiteiten van **Er op uit in Waspik!** Daarnaast is er de **fiets 3-daagse**. Hierover vindt u uitgebreide informatie in dit nummer.

De jeu de boules-club "Laat ze rollen" zoekt nieuwe leden. Een heerlijke buitenactiviteit en van harte aanbevolen.

De kaartmiddagen in 't Schooltje gaan in september weer beginnen. In dit nummer vindt u alle data wanneer er gekaart kan worden. Tevens vindt in oktober de jaarlijkse kaartmarathon plaats.

Wat betreft **rijbewijskeuring** schijnt de locatie Gildenbond Kaatsheuvel niet te kloppen. We zoeken nog uit wat het wel moet zijn.

Verder vindt u informatie over nog meer bewegen bij de Stroming. Hebt u belangstelling, neem dan rechtstreeks contact op met een van de fysiotherapeuten.

En mocht u deelnemen aan de Vriendenloterij, dan hebben we een speciaal bericht voor u geplaatst in dit nummer. Verder kunt u ook weer puzzelen. Doe mee en maak kans op een waardebon van € 15,00 naar keuze.

We wensen u allen een mooie zomer toe. Het eerstvolgende nummer van Ons Seniorennieuws verschijnt eind augustus pas weer. Onze bezorgers hebben ook een aantal weken 'verdiend vakantie'.

Bestuur





Onlangs is overleden de heer
Kees de Groot.
We wensen nabestaanden veel
sterkte.
Moge Kees rusten in vrede.



**In juli en augustus feliciteren we de volgende
jarigen van 80 jaar en ouder:**

Mevr. J. de Glas-Zijlmans	03-07	Mevr. B. Van Burik- Vos	01-08
Dhr. J. P. van Beek	06-07	Dhr. A. Smits	03-08
Dhr. M.M.J. Vissers	08-07	Dhr. J. A. H. Oome	06-08
Mevr. J. P. M. van Hooren – Simons	10 -07	Dhr. B. J. D. van Haarlem	06-08
Mevr. J. Dijkstra – van Laar	18-07	Dhr. B.P. Smits	07-08
Dhr. J. A. Verschuren	11-07	Mevr. E. Schellekens-Joore	07-08
Mevr. P. C. J. van der Plas-van Strien	12-07	Mevr. M. Ottenvanger-Wagemakers	09-08
Mevr. C. M. Schellekens- van Oorschot	12-07	Dhr. J. D. van Heijst	12-08
Dhr. A. I. Schellekens	15-07	Mevr. A.A. de Jong-Vos	12-08
Dhr. R. F. M. Corver	15-07	Mevr. W. A. Smits-Balemans	13-08
Mevr. M. Cornelisse	21-07	Dhr. J. Jonker	14-08
Dhr. C. A. van Hooren	22-07	Dhr. H. Smits	18-08
Dhr. C. Metzke	26-07	Dhr. H. L. van Mierlo	19-08
Mevr. D. Smits-Heesters	28-07	Dhr. C. P. M. Bink	22-08
Mevr. R. M. Wierdsma-Visser	29-07	Mevr. A. J. van Tiggelen-Verhagen	28-08
Dhr. H.P.C. Heeren	29-07	Dhr. M. B. van Heeswijk	29-08
Dhr. F.P.M. Broeders	30-07	Dhr. J. A. Langermans	31-08
Mevr. A. van den Broek-Waarts	31-07		
Dhr. G. Snels	31-07		



We mogen de volgende nieuwe leden verwelkomen:

Dhr. A. Vissers
Mevr. A. Maas
Mevr. A. de Kruyk



Bloemschikken bij Annabel

Op 21 mei hebben 7 dames een prachtig bloemstuk gemaakt bij Annabel aan huis.

Het was jammer dat er wat weinig belangstelling voor was, maar.... voor degenen die er waren was het een heel leuke en leerzame ervaring.

Onder het genot van een kop koffie/thee met iets lekkers er bij gaf Annabel aanwijzingen hoe een bloemstuk stap voor stap het beste gemaakt kan worden. Hoewel iedereen 'hetzelfde bloemstuk' zou maken waren de resultaten uiteindelijk toch verschillend, omdat iedereen naar eigen idee en smaak het materiaal heeft gebruikt.

Het was al met al een plezierige ochtend.

Dank aan de activiteitencommissie, die dit mogelijk maakte.



**LAATSTE HERINNERING VOOR DEELNEMERS AAN DE DAGTOCHT NAAR HET
JOODS MUSEUM AMSTERDAM**

***Afmelden kan tot 12.00 uur 'smiddag op VRIJDAG 18 juli.
Bij niet tijdig afmelden wordt vanwege kosten geen geld teruggeven.***



**Programma Dagtocht naar
Joods Museum Amsterdam
Datum: Maandag, 21 juli 2025**

09:00 uur	Aankomst bus opstapplaats: Dorpsplein (hoek Kerkstraat en Raadhuisstraat), 5165CJ Waspik
09:30 uur	Vertrek opstapplaats
11:15 uur	Aankomst Joods Museum
11:30 uur	Koffie
12:00 uur	Rondleiding
13:00 uur	Lunch
14:00 uur	Gelegenheid tot zelfstandig rondkijken
15:00 uur	Vertrek uit Joods Museum
15:30 uur	Vertrek bus
17:15 uur	Aankomst opstapplaats



Mindervalidentoilet

Er is een aangepast toilet op de begane grond dicht bij het museumcafé

***Let op: afwijkingen van de dagindeling op de dag zelf kunnen voorkomen.
DEELNAME GESCHIEDT GEHEEL OP EIGEN RISICO***

LAATSTE HERINNERING VOOR DEELNEMERS AAN DAGTOCHT NAAR SAIL AMSTERDAM!

**Afmelden kan tot 'smiddags 12.00 uur op woensdag 20 augustus.
Bij niet tijdig afmelden wordt vanwege hoge kosten geen geld terug gegeven.**

SENIOREN VERENIGING WASPIK

organiseert in samenwerking met EMA reizen de volgende dagtocht:

SAIL AMSTERDAM 2025 VRIJDAG 22 AUGUSTUS 2025

09.15 uur: Vertrek Theresiakerk- Carmelietenstraat te Waspik

09.30 uur: Vertrek aan het Dorpsplein te Waspik

De hele wereld komt samen tijdens deze 10e jubileumeditie!

Wat een jubileumjaar is 2025! Voor de 10e keer Sail Amsterdam, het 50- jarige bestaan van Sail en het 750 jarig bestaan van Amsterdam. Uiteraard beleef je dit het beste vanaf het water in het decor van prestigieuze Tall Ships (grote schepen), het varende erfgoed en marineschepen. Eens in de vijf jaar varen de mooiste Tall Ships vanuit alle windhoeken naar Amsterdam. Een indrukwekkend decor, dat u niet wilt missen. Vijf dagen lang, van 20 t/m 24 augustus 2025, liggen tientallen indrukwekkende Tall Ships in de IJhaven aangemeerd, het nautische hart van de wereld. Ervaar het grootste evenement van Nederland. Waar kinderdromen tot leven komen en waar met alle (inter)nationale schepen een wereld in onderlinge verbondenheid getoond wordt. SAIL Amsterdam 2025 verbreedt u met schepen, bemanningen en bezoekers uit de hele wereld!



Vanaf uw opstapplaats rijden we richting Amsterdam, onderweg maken wij een stop voor een kopje koffie met een stukje gebak. Vanuit hier vervolgen wij onze weg naar Amsterdam. Wij stoppen met onze touringcar naast de steiger van waar de boot gaat vertrekken. We worden om 12.30 uur gastvrij ontvangen aan boord op een van de schepen van Rederij van Hulst. De trossen gaan los en we gaan een prachtige 2- uur durende boottocht maken.

De route voert ons ook door de IJhaven, het hoogtepunt van SAIL Amsterdam 2025. U ziet hier al deze prachtige schepen liggen, waaronder ook de indrukwekkende Tall ships, u zult uw ogen uitkijken. Tijdens de boottocht ontvangt u ook een lunch van diverse gevulde wraps en 1 drankje naar keuze. Om ca. 14.30 uur meren we weer aan in de officiële SAIL Village, hier heeft u nog even de gelegenheid om vanaf de kade de schepen en hun bemanning te bewonderen. Op een afgesproken tijd staat de bus weer voor u gereed en rijden we richting het zuiden. Onderweg maken we nog een stop voor een goed verzorgd drie-gangen diner waarna we u met een mooie herinnering retour brengen naar uw opstapplaats.

Mede dankzij een anonieme gift kan Senioren Vereniging Waspik u deze dagtocht aanbieden voor een sterk gereduceerde prijs van € 90,00 per persoon, (korting ongeveer 40%).

Inclusief: busreis- koffie met gebak- lunch (zoals omschreven)- 2 uur durende boottocht- bijdrage SAIL organisatie- het diner.

20.15 – 20.30 uur: Thuis

DEELNAME GESCHIEDT GEHEEL OP EIGEN RISICO

Fiets-3-daagse SCC Den Bolder in Waspik op 5, 6 en 7 augustus 2025

Komt u ook? Ook dit jaar wordt u uitgedaagd om mee te doen aan de Fiets-3-daagse SCC Den Bolder in Waspik.

Wij hebben dit jaar weer mooie routes gemaakt die naar alle windrichtingen voeren en de mooie weggetjes en plekjes van Brabant laten zien. De Fiets-3-daagse Waspik is toegankelijk voor zowel ouderen als jongeren, gezinnen of alleenstaanden. Ook mensen vanuit de regio verwelkomen wij graag. Mensen die van ver komen kunnen de fiets(en) gratis in SCC Den Bolder (start- en eindpunt) laten staan.

De afstanden van de Fiets-3-daagse zijn 30 km – 45 km – 60 km

De routes worden aangeboden op papier met een duidelijke routebeschrijving. Dit jaar is het ook mogelijk om de route via een QR code te volgen, hierbij wordt gebruik gemaakt van de App "fietsknoop".

Voor elke route is er onderweg gelegenheid voor een consumptie. De routes zijn zoveel mogelijk met knooppunten aangegeven maar ook beschreven, dit om langs de mooiste plekjes te fietsen.

De **starttijden** voor de **60 km** zijn van 9.00 uur tot 10.30 uur,

voor de **45 km** van 9.30 uur tot 11.30 uur en

voor de **30 km** van 10.00 uur tot 12.00 uur.

Wij zouden het fijn vinden als u van tevoren inschrijft, de kosten zijn € 8,00. U kunt inschrijven via de website van SCC Den Bolder, www.denbolder.nl. Inschrijving via de website is mogelijk vanaf zondag 1 juni tot vrijdag 1 augustus 12.00 uur. Uw inschrijfkkaart ligt dan op dinsdag klaar. U kunt op dinsdag voor de start ook nog inschrijven in SCC Den Bolder.

Ook is het mogelijk om 1 of 2 dagen te fietsen, de kosten zijn dan € 4,50 per dag.

De start en finish zijn bij SCC Den Bolder, Schoolstraat 19 in Waspik.



05
06
07
AUG

Fiets-3-daagse

DEN BOLDER
LUTJICAAL CULTUUR- EN TOERISTEN- CENTRUM

FIETS-3-DAAGSE

  

Fietstochten: 30 - 45 - 60 km
Start en finish Den Bolder
Waspik

Kosten 1 dag: € 4,50 Kosten 3 dagen: € 8,00

Tickets en informatie
www.denbolder.nl



‘Geheugen Paviljoen Waspik’

Momenteel is er weer ruimte voor nieuwe deelnemers voor het Geheugenpaviljoen te Waspik.

Geheugen Paviljoen Waspik voor mensen met dementie en/of geheugenproblemen en hun mantelzorgers. Sociaal contact staat centraal tijdens de bijeenkomsten. Het Geheugen Paviljoen Waspik is gevestigd in Sociaal Cultureel Centrum “Den Bolder” in Waspik.

Tijdens gezellige middagen kunt u terecht voor een praatje, kopje koffie, spelletje, beweegactiviteit, voor informatie over geheugenproblemen en het allerbelangrijkste om andere mensen/lotgenoten te ontmoeten.

Veel is mogelijk, niets is verplicht!

Tijdens de middagen is het eerste kopje koffie/thee gratis en overige drankjes zijn voor eigen rekening.

Wanneer: Iedere maandagmiddag van 14.00 tot 16.00 uur in “Den Bolder” in Waspik. Wij verzoeken u wel vooraf aan te melden via de dementieconsulent.

Programma:

Iedere maandagmiddag wordt gestart met een kopje koffie/thee en gezellig sociaal contact met elkaar. Er is daarna ruimte voor activiteiten. Deelnemers bepalen samen welke activiteiten aangeboden worden zoals: rummikub, scrabble, sjoelen, biljarten, kaarten, gebruik geheugenkoffer. Bekend is dat beweging een gunstige invloed heeft op de conditie van de hersenen. Daarom wordt elke week afgesloten met (eenvoudige) beweegopdrachten die ook het nodige denkwerk vergen. De beweegactiviteit wordt aangeboden door de vrijwilligers

Informatie en aanmelden bij: dementieconsulenten,

0416-683456, dementieconsulent@waalwijk.nl



De oplossing van de Zweedse puzzel uit Ons Seniorennieuws van juni is

STRANDBAL

Uit 14 de goede inzendingen, trokken we als winnaar mevrouw
Gerda Quist.

Zij koos voor een cadeaubon van Bloembinderij "Irene"
en gaat daar zeker van genieten, zoals ze zelf zei.



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

Los de Sudoku op en neem de cijfers die in de roze vakjes staan over in de roze balk onder de puzzel.

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

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

©www.puzzelpro.nl

--	--	--	--	--

Stuur de oplossing van deze pittige Sudoku uiterlijk
15 augustus 2025 met vermelding van uw telefoonnummer naar

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

Fysiotherapie bij Mijzo

Locatie De Stroming

Heeft u last van pijn in uw gewrichten en spieren? Of neemt de kracht in uw spieren af en heeft u daardoor moeite met bewegen? Onze fysiotherapeuten staan voor u klaar om uw klachten te behandelen. U kunt terecht voor het verbeteren van balans, uithoudingsvermogen en kracht. Ook dagelijkse bewegingen zoals traplopen en opstaan vanuit een stoel kunnen geoefend worden.

Naast reguliere fysiotherapie voor chronische en niet-chronische klachten, geven onze therapeuten ook valpreventie trainingen en behandelingen. Mensen met laag tot een hoog valrisico kunnen bij ons terecht voor groeps- of (bij hoog valrisico) individuele training.

Onze fysiotherapeuten helpen u graag, zowel op onze locatie in de Stroming óf, wanneer dit niet mogelijk is, bij u aan huis.

U kunt ons bereiken via de onderstaande gegevens:



Samantha Admiraal

Geriatric Fysiotherapeut, Aangesloten bij ParkinsonNet,
Otago trainer
0638695438

Samantha.Admiraal@mijzo.nl

Aanwezig op maandag en woensdag



Isaura van der Sanden

Geriatric Fysiotherapeut, Aangesloten bij ParkinsonNet,
Otago trainer
0618289178

Isaura.van.der.Sanden@mijzo.nl

Aanwezig op maandag en donderdag

Voor meer informatie kunt u terecht op onze website:

<https://www.mijzo.nl/zorgaanbod/behandeling/fysiotherapie/>

Kaarten bij de Senioren Vereniging Waspik, najaar 2025

Plaats: **Buurthuis 't Schooltje, Carmelietenstraat, Waspik**

Tijdstip: **aanwezig zijn om 13.30 uur,**
Inleg € 3,50

Woensdag 10 september

Woensdag 24 september

Woensdag 8 oktober

Woensdag 22 oktober

Woensdag 5 november

Woensdag 19 november

Woensdag 3 december

Woensdag 17 december

1e kop koffie/thee gratis. Alleen Dagprijzen

Info: Theo Rekkers 0416 312630 of 06 10697340

**En dan is er nog de
kaartmarathon op
zondag 19 oktober a.s.**

** * Deelname aan al deze
activiteiten geschiedt
geheel op eigen risico.*



JEU DE BOULES CLUB "LAAT ZE ROLLEN" WASPIK

We zijn op zoek naar nieuwe leden



Wij zijn een gezellige Jeu de Boules club "Laat ze Rollen" in Waspik en zijn op zoek naar nieuwe leden.

We spelen op de Jeu de Boules-banen bij 't Schooltje in Waspik-Boven.

We spelen jeu de Boules elke donderdagmiddag vanaf 13.30 uur.

Iedereen die vrijblijvend kennis wil maken met het gezellige spel

"Jeu de Boules" is welkom op donderdagmiddag. Kom gerust eens kijken en de sfeer proeven van onze club en probeer eens heel vrijblijvend een balletje te gooien. Je zult merken dat het een gezellige sport is die makkelijk aan te leren is. Het spel is eenvoudig en wordt duidelijk aan u uitgelegd. Jeu de boules kan ook door iedereen recreatief of in competitieverband gespeeld worden met contacten in een amicale omgeving.

Je hebt vrije tijd en wilt deze gezond gebruiken en in beweging blijven?
Lekker gezond in de buitenlucht sporten?

Kom plezier beleven met deze bekende sport

Neem gerust contact op met:

Eddy Verburgt telefoon 0615492904





Mieren: zo houdt u ze buiten

Zodra het een beetje begint te zomeren, komen ze tevoorschijn: mieren. Vervelend als ze uw terras ondergraven, nog veel vervelender als ze in kolonne uw voorraadkast binnenmarcheren.

Als er een diersoort op de aarde succesvol is, dan is het de mier wel: er zijn ongeveer 12.000 verschillende soorten bekend en ze komen op alle continenten behalve Antarctica voor. De mier leeft in kolonies en elke kolonie heeft één koningin. Daarnaast zijn er de werksters – die allemaal een eigen taak hebben: verkenner, voedselverzamelaar, nestonderhouder, kinderverzorgster of soldaat – en de jonge mannetjes en jonge koninginnen.

Is de mier schadelijk?

Een mierenest bestaat uit een ingenieus en groot gangenstelsel – schitterend om te zien, maar schadelijk voor je terras en tuin, omdat de gangenstelsels instabiliteit veroorzaken. Nog een vervelende 'bijwerking' van de mier is dat hij bladluizen verspreidt: de schrik van elke tuinliefhebber. Daar komt bij dat de mier de larven van de natuurlijke vijanden van de bladluis (denk aan het lieveheersbeestje) eet. Tot slot dragen mieren allerlei bacteriën bij zich. Heeft een mier zich dus tegoed gedaan aan een stukje meloen op tafel, dan is het verstandig die meloen weg te gooien.

Voorkomen is beter dan...

1. Dek etensresten altijd goed af, houd potten, blikken en verpakkingen gesloten en houd het aanrecht schoon. Mieren zijn vooral dol op zoetheid: een klein kloddertje jam op het aanrecht is al voldoende.
2. Houd de tuintafel en het terras schoon en vergeet daarbij niet om af en toe het losse zand weer tussen de terrastegels te vegen.
3. Houd afvalbakken en kiko's goed dicht en zorg ervoor dat er zo min mogelijk tuinafval door de tuin zwerft – mieren houden namelijk nogal van oud hout en rottend blad.
4. Kit de naden en gaten van de woning.
5. Mieren hebben een enorme hekel aan koper. Een koperdraad bij de tuindeur zorgt ervoor dat ze in elk geval niet via die route naar binnenmarcheren.
6. Talkpoeder is een natuurlijk bestrijdingsmiddel van mieren. Strooi dus krijt of babypoeder over de routes van de mieren (en herhaal dit na een regenbui). Mieren zijn gewoontebestjes en nemen altijd een vaste route. Wordt deze route verstoord, dan raken de mieren gedesoriënteerd.
7. Koffiedik vermengd met een beetje aarde houdt mieren weg van de plek waar u dat mengsel strooit.

Mieren met planten en kruiden verjagen

Er zijn planten en kruiden waaraan mieren een uitgesproken hekel hebben: Salie, Rozemarijn, Bieslook, Majoraan, Maggikruid, Basilicum, Munt, Boerenwormkruid.

Ook verschillende keukenkruiden doen het goed tegen mieren, ze houden namelijk niet van sterke geuren zoals; Basilicum, Oregano, Knoflook (houden slakken trouwens ook niet van!) Salie, Rozemarijn, Kruidnagel, Nootmuskaat, Kaneel, Peper.

U kunt de kruiden met een klein beetje water mengen of direct op de mierenroutes strooien. Denk er wel aan dit te herhalen als het heeft geregend. Verder houden mieren absoluut niet van afrikaantjes, goudsbloem en lavendel.

En als dat niet helpt?

Wordt uw tuin overlopen door mierenlegers, dan is het zaak wat zwaardere middelen in te zetten. Vaak zijn dat dier- en milieu-onvriendelijke middeltjes. Stukken vriendelijker is het om met tuinaarde gevulde bloempotten omgekeerd bovenop het mierenest te plaatsen. De mieren blijken namelijk binnen zo'n twee weken te verhuizen én nieuwe eitjes te leggen – in die bloempot. Daarna is het simpelweg nog een kwestie van de bloempot verwijderen. En tot slot: ja, gif werkt ook. Maar doe dat alleen als het echt niet anders kan.

Mieren binnen?

Rennen de mieren door de keuken, dan kunt u het beste een mierenlokdoos inzetten.

Bron: DuurzaamThuis Overgenomen uit nieuwsbrief PCOB Waalwijk

BELANGRIJK BERICHT - BELANGRIJK BERICHT

SPEELT U MEE IN DE VRIENDENLOTERIJ?

Dan weet u ongetwijfeld dat de Vriendenloterij 40% van uw inleg uitkeert aan goede doelen. Maar wist u ook dat u onze eigen **Senioren Vereniging Waspik** bij de Vriendenloterij kunt aanwijzen als goed doel? Als u dat doet, keert de Vriendenloterij 40% van uw inleg uit aan onze vereniging als ondersteuning voor onze activiteiten. Dat is dus ruim € 6,00 voor ieder lot!

Hoe werkt het?

Wij hebben ons als partner aangemeld, waarmee we een goed doel zijn bij de VriendenLoterij en het voor u als deelnemer aan deze loterij mogelijk is om het goede doel van uw lot(en) over te zetten naar Senioren Vereniging Waspik. U kunt dat heel eenvoudig doen door te bellen naar de ledenservice van de VriendenLoterij: U belt naar het gratis nummer 088 – 0201020 en kiest u keuzeoptie 5, dan krijgt u een medewerker aan de lijn. Vervolgens geeft u aan dat u onze afdeling wilt koppelen aan uw lot(en).

Onze registratiecode is 151448

Als uw aanmeldprocedure is afgerond, ontvangen wij ieder kwartaal 40% van de lotprijs als ondersteuning. Dit geld komt dus volledig ten goede aan onze eigen Waspikse afdeling! Hieraan zijn voor u of voor ons geen kosten verbonden. Geweldig toch?

Dus:

We hopen van harte dat onze leden die meespelen in de Vriendenloterij, hun lot(en) willen koppelen aan onze afdeling. En mocht u nog niet meespelen, naast de kans op mooie prijzen en de gratis VIP-kaart (o.a. gratis toegang tot circa 150 musea, kortingen op diverse uitjes etc.) is dit misschien een extra stimulans om mee te spelen in de Vriendenloterij.

Wat ons betreft: van harte aanbevelen!

Samen voor je Club!



Excursie ER Classic Cars 13 juni 2025



Vanmiddag brachten enkele leden van onze vereniging een bezoek aan de showroom van ER Classic Cars. We waren eigenlijk met negen mensen, maar je zult het niet geloven, een van ons kreeg autopech. Zijn auto moest worden opgehaald. Heel jammer natuurlijk.

Onder het genot van een kopje koffie met kruidkoek (voor dat laatste had Will gezorgd) vertelde Vincent Praag over de 'geschiedenis' van Classic Cars. Daarna mochten we in de showroom rond kijken en wat foto's maken. Er stonden heel veel prachtige oude klassiekers. Maar je moet wel ergens een hoofdprijs winnen om een dergelijke oldtimer aan te kunnen schaffen.

Na te hebben rond gewandeld in de showroom dronken we nog een kopje koffie en keerden we terug naar Waspik.

Will en Elly, bedankt voor het organiseren van deze excursie.



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:

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

Clïëntondersteuning 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 jokersen	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

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

**Gratis
Taxi Service**

Heeft u geen vervoer?



Bel ons!

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
8:00 - 12:30 uur
13:00 - 17:30 uur

TIP: Onze afhaalbus van Service Apotheek naar u is 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
*slagerij
traiteur
catering*

**De Zaak
vol Smaak**

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

Probeer
nu 2 weken
voor €39,-

**Als wij nou eens
voor u koken?**

Probeer Maaltijd Thuis geheel vrijblijvend.
Kies acht maaltijden (vier per week)
en wij bezorgen deze gratis, gekoeld
bij u thuis.

Maaltijd Thuis - Smits 013 - 82 00 954

**Maaltijd
Thuis**



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.uitvaartondernemingmade.nl
Voor de hele regio en omstreken

BELEID AANBEVOLEN

- VOOR VERZORGING VAN BEGRAFENISSEN EN CREMATIE, STILVOL EN PERSOONLIJK NAAR UW WENSEN.
- REKEND MET ALLE GELOOFSVERZORGINGEN EN RITUELEN.
- VOORAF REGELING / WILGENBOEKJE
- WAAR EN OF U VERZEKERD BENT, MAAKT NIET UIT.

DAGEN NACHT BEGRUKKAAR

- OPMAREN THUIS, IN EEN DOOR U GEWENST MORTUARIUM IN UW WOONPLAATS OF REGIO OF IN DE STEEDEN INGERICHTTE ROOIKAMERS EN 24-UREN FAMILIEROOIKAMERS 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 Waspik

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, WASPIK

✉ INFO@PT-SPORTS.NL

📍 WESLEY PT-SPORTS

📷 WESLEY_PT-SPORTS