

# Ons Seniorennieuws

Uitgave: september 2025

*magazine voor senioren*



**Een maandelijks 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 lesijden op onze website: [www.galmwaalwijk.nl](http://www.galmwaalwijk.nl)

- ✓ **SAMEN BEWEGEN**
- ✓ **VOOR SENIOREN**  
DOOR MET EEN LICHAAMELIJKE BEPERKING
- ✓ **GEVARIEREED LESAANBOD**
- ✓ **GEDIPLOMEERDE DOCENTEN**
- ✓ **LEUK & GEZELLIG**
- ✓ **LAGE CONTRIBUTIE**
- ✓ **IN WAALWIJK SPRANG-CAPELLE WASPIK**
- ✓ **2 GRATIS PROEFLESSEN**

[www.galmwaalwijk.nl](http://www.galmwaalwijk.nl) | [sgwwaalwijk@ziggo.nl](mailto:sgwwaalwijk@ziggo.nl)

Vers voor het Land

**Henk Dank**

[www.henkthank-versboerderij.nl](http://www.henkthank-versboerderij.nl)  
Oosterhoutseweg 24  
tel: 06-53230972

HIER KAN UW ADVERTENTIE KOMEN

## VAN DER HEIJDEN

### TWEEWIELERS

VERKOOP • ONDERHOUD • REPARATIE

[www.vanderheijdentweewielers.nl](http://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

**\* De Statie wonen**

Stationslaan 2 • Waspik • 0416 311 229 • [www.destatiewonen.nl](http://www.destatiewonen.nl)

Dé specialist in wonen, slapen en zitten.

# Ons Seniorennieuws september2025

pag. 04	Activiteiten
pag. 05	Voorwoord
pag. 06	Lief en leed april 2025
pag. 07	Verslag bezoek aan Joods Museum Amsterdam
pag. 08	Impressie Fietsdriedaagse Waspik
pag. 09	Fietshelm, wie zet 'm op?
pag. 10 -11	Bijeenkomsten "Oog voor elkaar"
pag. 12	Hulp bij verlenging rijbewijs
pag. 13	<b>Oproep</b> van Vervoer- en Boodschappendienst Waspik
pag. 14	Rabo ClubSupport september 2025
pag. 15	Puzzel: oplossing Sudoku van juli/agustus
pag. 16	Puzzel: pittige doorloper
pag. 17	Jubileumconcert
pag. 18	Bereid u voor op 3 dagen uitval 'pinnen' en Korting bij GAMMA
pag. 19	Zo lang zijn uw postzegels geldig
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: Vrouwkvensvaartsestraat 12A, 5165 NP Waspik,  
Tel. 0416-313312, e-mail [svwfhooijmaijers@ziggo.nl](mailto: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](http://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 september 2025 aanleveren**

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

COLOFON

# Activiteiten

In de maand september zijn er geen activiteiten. Met onderstaande geplande activiteiten in oktober kunt u alvast rekening houden.



Dag van de Ouderen  
vrijdag 3 oktober 2025.  
Meer informatie komt in  
Ons Seniorennieuws van oktober

Lunch in restaurant "De Kapel"  
Kaatsheuvel

Eind oktober.  
Exacte datum en meer informatie staat  
straks in Ons Seniorennieuws  
van oktober



**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](mailto:info@vivo-lekkernijen.nl)

Raadhuisstraat 45a, 5161 BD Sprang-Capelle

## Voorwoord

Wat hebben we toch een lekker lange zomer gehad. Terwijl ik dit schrijf is het buiten 35 graden. Het waren lange siësta's de afgelopen maanden.

Wat september gaat brengen: daar blijven we nog in het ongewisse. Krijgen we een mooie nazomer, ook wel 'Indian Summer' genoemd, of moeten we rekening houden met herfststormen. Wie zal het zeggen?!

Maar bij september hoort natuurlijk een weerspreuk:



In dit Seniorennieuws krijgen diverse zaken de aandacht.

We gingen op reis met de Museum Plusbus en pas nog naar Sail Amsterdam. Een verslagje van dit laatste evenement verschijnt in oktober in het Seniorennieuws.

De fietsdriedaagse, georganiseerd door Den Bolder, was een groot succes. Ruim 300 deelnemers.

We maken u attent op de bijeenkomsten van Oog voor Elkaar. Beide middagen in september worden gehouden in Zidewinde, Sprang-Capelle. In september staan geen andere activiteiten van onze activiteitencommissie gepland. Wel kunt u alvast de datum noteren voor de Dag van de Ouderen, die wordt gehouden op vrijdag 3 oktober.

Verder hebben we navraag gedaan hoe het nu precies zit met de rijbewijskeuringen, want daar was nogal wat verwarring over. Uitgebreide informatie vindt u op pagina 12. De praktische informatie staat op de vaste pagina TOT UW DIENST.

Ter gelegenheid van de heropening van de verbouwde Den Bolder wordt er op 30 september een speciaal Seniorenconcert georganiseerd. De informatie vindt u in dit blad op pagina 17

Tenslotte is er natuurlijk een puzzel, waarmee u een mooie prijs kunt winnen.

We wensen u veel leesplezier.

Bestuur





Afgelopen tijd zijn helaas van ons heengegaan:

Mw. L. Akkerman  
Dhr. H. van Mierlo  
Dhr. J. Langermans  
Dhr. A. van Haastert

Moge allen rusten in vrede.

We wensen nabestaanden veel sterkte.



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

Mevr. A.J.C. Roovers	03 – 09
Mevr. C. Gennessen - Segers	05 – 09
Mevr. W.E.M. de Graauw - Halters	11 – 09
Mevr. A.W.L. van Dongen - Bouman	14 – 09
Mevr. J.P.H. Smits - Vissers	21 – 09
Mevr. Th.M.M. Verschuren - Behr	21 – 09
Mevr. P.M. Schapers - van Gelder	23 – 09
Mevr. M.A. de Goeij - van Gool	24 – 09
Mevr. T. Verschuren - Meijs	24 – 09
Dhr. Th. Broekmans	27 – 09
Mevr. A.J. van den Hoof - Segers	27 – 09
Mevr. T. van Dijk - Luyten	27 – 09
Dhr. P. de Graauw	29 – 09
Mevr. L. van Gorp – Wagenberg	29 – 09
Dhr. C.T.A. Kamp	30 – 09



We verwelkomen graag onze nieuwe leden:

- Mevr. A. Rijnkels
- Dhr. J. Kruissen





## Bezoek aan het Joods Museum 21 juli 2025

Wat was het gisteren, 21 juli, een prachtige dag voor de Senioren Vereniging Waspik. Met de MuseumPlusBus, met de deskundige chauffeuse Jorien gingen we naar het Joods Museum in Amsterdam. Tevens was Jorien een prima gids, met veel weetjes, die normaal niemand opvallen onderweg. Wel file maar die tijd praatte ze vlot vol. We waren met 44 personen in de bus, een mooi gezelschap.

Iedereen werd door Elly, Jorien en Netty voorzien van een flesje water, plak koek en rolletje peper-munt. Jorien deelde stickers uit om ons zodoende in groepen te verdelen voor de gidsen in het museum. In het Joods Museum werden we ontvangen door Carla, onze gastvrouw voor de hele dag. Bij aankomst kregen we koffie. Daarna kregen we in twee groepen een rondleiding. Er was een gids niet gekomen door pech met vervoer.



In het museum is veel te zien en erover te vertellen. Na de rondleiding was het tijd voor een koosjer lunch met twee goed belegde broodjes. Ook was er tijd om zelf rond te lopen en in het knusse restaurant nog wat te gebruiken.

Rond 15.30 uur stapten we de bus weer in en reden we met file en donkere wolken terug naar Waspik.

De gidsen, lunch, het was helemaal af. En niet te vergeten de mensen achter de schermen. Iedereen enorm bedankt! Het was in één woord **GEWELDIG**.



## Groot succes: Fiets 3-Daagse Waspik trekt ruim 300 deelnemers uit heel Nederland

WASPIK – Wat een prachtige editie van de Fiets3Daagse in Waspik! Meer dan 300 enthousiaste fietsers stapten vorige week op de pedalen voor drie sportieve en gezellige dagen door het Brabantse landschap. De deelnemers, afkomstig uit de regio, maar ook uit onder andere Zeeland, Holland en Limburg, konden kiezen uit routes van 30, 45 of 60 kilometer. De start en finish vonden elke dag plaats bij Den Bolder, waar het een vrolijke drukte was met rijen fietsen voor de deur. De speciaal uitgestippelde routes waren via een handige QR-code in de Fietsknoop-app te volgen of op papier.

### Drie dagen, drie unieke routes

De eerste dag ging de tocht richting Drimmelen. Met een stevige bries op de dijk kregen de fietsers een letterlijk duwtje in de rug. De stempelposten bij 't Witte Huis en Onze Kerk in Hoge Zwaluwe boden een welkom rustpunt. "We kwamen op plekken waar we nog nooit geweest waren," klonk het bij terugkomst. Op woensdag fietste het kleurrijke peloton door het Land van Heusden en Altena. De overtocht met het pontje over de Maas zorgde voor een gezellige opstopping van fietsen met vlaggetjes. Het weer werkte perfect mee en de goed uitgezette route leverde veel complimenten op. De derde en laatste dag bracht de deelnemers naar Oisterwijk en Tilburg. Het warme zomerweer hield de fanatieke fietsers niet tegen. Integendeel, zelfs enkele mensen die zich aanvankelijk alleen voor woensdag hadden ingeschreven, besloten spontaan nóg een dag mee te doen. Met 255 deelnemers op donderdag was het slotstuk goed bezocht.



### Een sportieve sfeer en mooie herinneringen

Hoewel sommige fietsers iets meer kilometers maakten dan gepland, bleef de sfeer vrolijk en sportief. De bezemwagen hoefde gelukkig niet in actie te komen. Incidentjes werden snel opgelost dankzij behulpzame medefietsers. Aan het eind van de tocht kreeg iedereen een leuk aandenken: een sleutelhanger met een rood fietsje.

### Noteer alvast in uw agenda: 11 t/m 13 augustus 2026!

De organisatie kijkt terug op een geslaagde editie met veel lachende gezichten, mooie verhalen en een sterk gevoel van saamhorigheid. Volgend jaar vindt de Fiets3Daagse plaats van 11 t/m 13 augustus 2026. Zet het alvast in de agenda, want dit wil je niet missen!





## Fietshelm: wie zet 'm op?

In april startte de overheid de campagne Zet 'm op, bedoeld om het vrijwillig dragen van de fietshelm te stimuleren. Bijna negen op de tien lezers van ONS Mailmagazine weten dat het opzetten van een fietshelm slim is. Een fietshelm beschermt bij een val en geeft een verhoogd veiligheidsgevoel.



Onomstotelijk staat vast dat het dragen van een fietshelm de veiligheid vergroot. Een fietshelm biedt weliswaar geen volledige bescherming, maar verkleint de kans op ernstig letsel wel in hoge mate. De kans op zwaar hersenletsel is 60 procent minder bij het dragen van een helm, de kans op dodelijk hersenletsel neemt zelfs met 71 procent af. Een groot deel van de lezers van ONS Mailmagazine is zich heel goed bewust van dit positieve veiligheidsaspect: liefst 87 procent van de bijna 2.500 deelnemers aan onze peiling hierover geeft aan dat het dragen van een fietshelm erg verstandig is.



### Voordelen

Van de 87 procent die de voordelen van het dragen van een fietshelm erkent draagt 44 procent ook altijd een helm bij een fietsritje. 21 procent draagt vaak een fietshelm, maar niet altijd. Ruim een derde van de deelnemers aan de peiling – 35 procent – geeft aan geen fietshelm te dragen. Van dat percentage is een groot deel – 22 procent – er zich van bewust dat dat niet heel verstandig is.

#### Niet comfortabel

Niet iedereen vindt een fietshelm comfortabel. Bij warm weer kan het zweterig worden onder de helm en de bandjes kunnen irriteren. 9 procent van de respondenten geeft aan dat een fietshelm hen het fietsplezier ontnemt. 2 procent draagt geen helm omdat zij vinden dat fietsen in Nederland al veilig genoeg is. Dat fietshelmen niet mooi zijn en dat de dragers daarom een modderfiguur slaan, of dat fietshelmen te duur zijn is voor minder dan 1 procent van de respondenten een reden om geen fietshelm op het hoofd te zetten.

#### Gevallen

Naar aanleiding van de peiling in ONS Mailmagazine roept Wim van Dooren uit Knegsel iedereen op om toch vooral een fietshelm te dragen. "Vorige week ben ik nog gevallen omdat een meisje plotseling linksaf draaide zonder richting aan te geven", vertelt hij. "Gelukkig had ik een helm op. Zonder helm had ik zeker letsel aan mijn hoofd gehad, nu kwam ik er met een paar schrammen van af. Zonder helm was me mijn fietsplezier afgenomen. Zonder helm had ik zeker een hersenschudding opgelopen, dus een helm is nooit te duur. Conclusie: zet een fietshelm op!"

Bron ONS Magazine juni 2025

# SENIOREN ZELF AAN ZET vervolg



Platform Oog voor Elkaar  
organiseert

**2 nieuwe bijeenkomsten**  
voor senioren:



**Donderdag 11 september:**

**WONEN**

**Dinsdag 30 september:**

**ZORG**



**Doet u mee?**  
**Z.O.Z.**

**55+**

**Locatie: Zidewinde (Sprang-Capelle)**  
**Tijd: 14.00-16.30**

**Alle senioren, jong en oud,  
zijn van harte welkom!**

**Save the Date**

Platform Oog voor Elkaar nodigt alle senioren (55+) uit Sprang-Capelle, Waspik en Waalwijk uit voor 2 bijeenkomsten in september. Na de drukbezochte bijeenkomsten in het voorjaar wordt nu ingezoomd op de thema's **Wonen** en **Zorg**.



### Donderdag 11 september: **WONEN**

Tijdens deze bijeenkomst gaan we in op vragen rond levensloopbestendig wonen, verhuizen, woningaanpassingen en nieuwe woonvormen voor ouderen. U krijgt praktische informatie van onder andere gemeente, wooncorporatie en bank en er is uiteraard de gelegenheid tot het stellen van vragen.

### Dinsdag 30 september: **ZORG**



Wat verandert er in de zorg? Hoe regelt u hulp of ondersteuning als dat nodig is? Hoe kunnen we werken aan zorgzame buurten? Deze bijeenkomst zoomt in op de ontwikkelingen in de ouderenzorg, de rol van de gemeente en zorgorganisaties, en wat u zelf kunt doen om de regie te houden.

Beide bijeenkomsten vinden plaats in Zidewinde (Sprang-Capelle), van 14.00 – 16.30 uur. Inloop vanaf 13.30. Er zijn geen kosten aan verbonden. Voor vervoer kan via de ouderenorganisaties worden gezorgd.

55+

**SAVE  
the DATE**

Aanmelden:

Telefoon: 06 55 888 507

Website: [oogvoorelkaar-waalwijk.nl](http://oogvoorelkaar-waalwijk.nl)

Bij het secretariaat van uw ouderenorganisatie



Platform Oog voor Elkaar is een samenwerking van ouderenorganisaties van Waalwijk, Waspik en Sprang-Capelle



Leden van Senioren Vereniging Waspik kunnen zich ook aanmelden via onze secretaresse Nelleke van Etten tel. 0416-314311 of via [nellekevdd@gmail.com](mailto:nellekevdd@gmail.com)

Leden die vervoer naar en van Zidewinde, Sprang Capelle nodig hebben, kunnen dat via de VBW aanvragen/regelen via tel. 06-18225614.

## Hulp bij verlengen van uw rijbewijs via Senioren Brabant Zeeland

Wilt u uw rijbewijs verlengen en bent u ouder dan 75 jaar? Dan moet u medisch gekeurd worden. Heeft u vragen of loopt u tegen problemen aan? Senioren Brabant-Zeeland kan u voorzien van de laatste informatie en, indien nodig, met u meedenken over het proces van verlengen van het rijbewijs. Wilt u dat ook? Bel dan ons kantoor: (073) 644 40 66.



### Zo verlengt u uw rijbewijs

1. Begin op tijd: dien 4 tot 5 maanden voordat uw rijbewijs verlopen is uw gezondheidsverklaring in. Dat kan via DigiD of via de reguliere post. Als uw voorkeur uitgaat naar de reguliere post en uw eigen gemeente verkoopt het document niet, dan kunnen wij u desgewenst voorzien van een papieren gezondheidsverklaring.
2. U behoort een bevestiging van ontvangst te krijgen van het CBR, via DigiD of (indien u met de reguliere post werkt) per post.
3. Zodra het CBR uw gezondheidsverklaring ontvangen heeft, krijgt u de benodigde documenten. Als u deze documenten heeft, maakt u zo snel mogelijk een afspraak met de keuringsarts.
4. Senioren Brabant-Zeeland heeft ook een overzicht van keuringsartsen.
5. U gaat met de documenten van het CBR naar de keuringsarts. Misschien moet u ook naar andere specialisten. Het kan ook zijn dat u een rijtest moet doen. Ook dat geeft het CBR aan.
6. Veel keuringsartsen versturen de rapportage zélf naar het CBR via Zorgdomein. Dit is de veiligste en snelste weg. Andere keuringartsen maken geen gebruik van dit portaal. In dat geval dient u zelf per post de rapportage naar het CBR te versturen. Maakt u in elk geval een kopie voor uzelf van de héle rapportage!

Als het goed is, ontvangt u binnen afzienbare tijd van het CBR bericht over uw verlenging.

Als u naar uw mening hierop te lang moet wachten, of als u andere vragen heeft, kunt u altijd contact opnemen met Senioren Brabant-Zeeland, telefoon (073) 644 40 66. Ook op de website van het CBR vindt u veel informatie.

Kijk voor meer informatie op de website van het CBR: [CBR - Home NL](https://www.cbr.nl)

Op de pagina **Tot uw dienst** vindt u de adressen waar u terecht kunt voor uw rijbewijskeuring.



# **Vervoer- en boodschappendienst Waspik (VBW) zoekt chauffeurs!**

De Vervoer- en boodschappendienst is op zoek naar chauffeurs, die bereid zijn, om een of meerdere keren per week, een ritje met cliënten te willen maken, hetzij in Waspik of in een straal van 25 km eromheen! Het kan zijn voor de boodschappen of om andere redenen, zoals ziekenhuisbezoek of een gezellig familiebezoek!

Vervoer binnen Waspik kost €1.50 per rit. Buiten Waspik kost €0,30 per km. De onkosten van de rit worden door de cliënt rechtstreeks aan de chauffeur vergoed!

Sinds 8 maart 2017 heeft de VBW al ruim 4500 ritten gereden!

Mocht u interesse hebben om u ook als vrijwillige chauffeur voor de VBW te willen inzetten, dan kunt u rechtstreeks met de coördinator Marian van den Berg bellen!

VBW telefoonnr. 06-18225614





## Rabo ClubSupport

september 2025

Iedereen verdient een club! Een plek waar je elkaar ontmoet, elkaar sterker maakt en helemaal jezelf kunt zijn. Daarom ondersteunt de coöperatieve Rabobank al 20 jaar verenigingen door heel Nederland

**Vanaf 1 september t/m 25 september kun je als lid van jouw lokale Rabobank je stem uitbrengen op deelnemende clubs en verenigingen bij jou in de buurt.**

### *Rabo ClubSupport stemcampagne*

Support je favoriete clubs of verenigingen in jouw buurt met jouw stem. Hoe meer stemmen, hoe meer geld voor je club. Je maakt dus écht een verschil. Net als vorig jaar heeft ook Senioren Vereniging Waspik zich ingeschreven voor deelname aan de actie Rabo ClubSupport.

### **Hoe werkt het?**

Een Rabo-lid kan stemmen op drie clubs via de Rabo App of Rabo Online Bankieren. Hiervoor is geen stemcode nodig. De lijst met deelnemers staat onder de knop Rabo ClubSupport. Als u inlogt, vindt u deze knop via 'Instellingen'. In de app te vinden rechtsonder en in Internetbankieren rechtsboven. Scroll nu helemaal naar beneden naar 'Lidmaatschap' en klik hierop. Kies 'Rabo ClubSupport' en vervolgens kunt u uw stem uitbrengen op drie deelnemende clubs naar keuze.

Bent u wel klant, maar nog geen lid van de Rabobank? Lid worden is gratis en heel makkelijk. Ga om lid te worden in de Rabo App of via Internetbankieren volgens bovenstaande werkwijze naar 'Lidmaatschap'.

Mensen, die wel lid zijn van de Rabobank, maar niet digitaal actief, kunnen bellen naar de klantenservice en hun stemcode opvragen. Stemmen moet vervolgens wel via de website worden gedaan, bijvoorbeeld met hulp van familie of met hulp van iemand van onze vereniging.

De klantenservice van de Rabobank is bereikbaar op telefoonnummer 088-722 66 00 op werkdagen van 08.00 – 18.00 uur en op zaterdag van 09.00 – 17.30 uur. De stemcode wordt telefonisch aan het Rabo-lid doorgegeven, maar kan ook per post worden verzonden als men hierom vraagt.



**Vorig jaar heeft deze actie voor onze vereniging € 807,27 opgebracht. Dus doe ook dit jaar weer mee; het is de moeite waard om ons er met z'n allen sterk voor te maken.**

**De oplossing van de pittige sudoku uit  
Ons Seniorennieuws van juli/augustus  
is**

**9 7 3 1 6**

Uit de helaas maar 9 goede inzendingen, trokken we als winnaar de heer Henry Lamers. Hij koos voor een cadeaubon van Slagerij Snels. Veel eetplezier gewenst.



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

Los de doorloper op en neem de letters die in de roze vakjes staan over in de roze balk onder de puzzel.

**Horizontaal:** 1 longkwaal; wederkerend vnw; vrouwelijke godheid - 2 bekendheid; vaartuig; fossiel reptiel - 3 muziekvorm; lommerrijke weg; wildebeest; nieuw (in samenst.) - 4 signaal; hijstoestel; ongewenst vuur - 5 pl. in Zuid-Jemen; wier; dierendokter - 6 public relations; unie; bout; dapper - 7 schooljuffrouw; mist; meisje - 8 legsel v.e. vogel; kilogram; via; make-up - 9 pudding; boomvrucht; railvoertuig; evenzeer - 10 godin v.d. dageraad; deel v.e. geschrift; Argentijnse dans - 11 Limburgse klei; pratende vogel; handbeschilderde stof; chief executive officer - 12 doctoranda; geschrift; verborgen.

**Verticaal:** 1 trede omlaag; onbebouwd land - 2 Japanse rijstwijjn; sufferd - 3 opdracht; soort fee; betaalplaats - 4 millimeter; geleend bedrag; opbergplaats - 5 Turks bevelhebber; deel v.d. vinger; riv. in Duitsland - 6 onder meer; magma; tuingereedschap - 7 intiem; wezen; Ned. omroep - 8 compact disc; sleep; toetsing - 9 vrouwelijk dier; al; spoorstaaf - 10 aardbol; roeiwedstrijd - 11 riv. in Duitsland; zinken emmer; deel v.e. zeilschip - 12 Tunesische munt; sterrenbeeld; symbool voor cerium - 13 vaccineren; aardig vinden - 14 misère; pl. in Friesland; wilde haver.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1		e							a					j
2														
3														
4														
5	i													
6							g							
7			d									c		
8														
9														
10									h					
11														
12	k			f									b	

©www.puzzelpro.nl

a	b	c	d	e	f	g	h	i	j	k
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

Stuur de oplossing van deze doorloper uiterlijk  
**15 september 2025 met vermelding van uw telefoonnummer**  
**naar**

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





## Jubileum Herfstconcert

Datum: di 30 september  
 Aanvang: 14:00 uur  
 Entree: GRATIS inclusief één kopje koffie/thee

De werkgroep Blaasconcerten van Den Bolder organiseert al ruim 20 jaar drie seniorenconcerten per jaar te weten een Nieuwjaarconcert, een Lenteconcert en een Herfstconcert. Zowel het publiek als ook de musicerende orkestleden genieten daar al vele jaren enorm van.

Daarom kan en mag een seniorenorkest niet ontbreken bij de viering van het 50-jarig jubileum van de GouDenBolder. Den Bolder is er voor iedereen, dus ook voor alle senioren

Tijdens de jubileumweek, op dinsdagmiddag 30 september 2025, organiseert de werkgroep Blaasconcerten van Den Bolder een jubileum Herfstconcert. Het orkest Toermalijn, uit Vught o.l.v. dirigent Jos Brocken bijt de spits af. Het orkest is opgericht in 1983 en bestaat uit 40 gepassioneerde muzikanten. De naam Toermalijn heeft als betekenis een halfedelsteen.



Als tweede orkest treedt op het Seniorenorkest Tilburg o.l.v. dirigent Jan Hermans. Het orkest telt momenteel 45 leden. In 2024 bestond het orkest 25 jaar.



Beide orkesten zijn nieuw in Den Bolder.

Omdat Den Bolder haar 50-jarig jubileum viert zullen wij wat extra's toevoegen aan ons gebruikelijke programma. Wat dat wordt blijft nog even een verrassing.

Het belooft een mooie muzikale middag te worden die u zeker niet mag missen. De aanvang van het concert is 14.00 uur, inloop vanaf 13.30 uur. Ook wordt u tijdens het concert nog een gratis kopje koffie/thee aangeboden door de jubilerende Den Bolder. Daarom noteer alvast in uw agenda: dinsdag 30 september 2025 het Herfstconcert in Den Bolder aanvang 14.00 uur.

## Bereid u voor op drie dagen uitval 'pinnen'

Senioren Brabant-Zeeland heeft zich de laatste maanden ingezet voor het advies van De Nederlandsche Bank (DNB) om iedereen voor te bereiden op noodsituaties waarin 72 uur lang het betalingsverkeer uitvalt. Dat kan zijn als er aan de kassa niet elektronisch betaald kan worden, als geldautomaten het niet doen of als er niet online gebankierd kan worden. Consumenten kunnen voor zo'n situatie het beste rond de € 70,- per volwassene en € 30,- per kind aan contant geld achter de hand houden en meerdere betaalmiddelen hebben.

U leest de adviezen op de website van De Nederlandsche Bank op <https://www.dnb.nl/betalen/contant-geld-in-jouw-noodpakket/>.

Het advies is door het MOB opgesteld. Het Maatschappelijk Overleg Betalingsverkeer (MOB) is een overleg waarin koepelorganisaties betrokken bij het aanbieden en afnemen van betaaldiensten zich gezamenlijk inzetten voor een veilig, betrouwbaar, toegankelijk en efficiënt betalingsverkeer. Senioren Brabant-Zeeland is hierin goed en persoonlijk vertegenwoordigd. Daardoor hebben wij inspraak en bijdragen mogen leveren aan dit advies, samen met andere belangenorganisaties.

*Bron ONS Actueel juni 2025*



\*\*\*\*\*

## Korting bij GAMMA

De laatste tijd kwam er veel meldingen binnen dat de Gamma geen korting mee zou geven. Maar na overleg door een van de bestuursleden van Senioren Vereniging Waalwijk heeft GAMMA haar besluit terug gedraaid.

**Er wordt in de toekomst 10 % korting gegeven op het gehele assortiment met uitzondering van folder,- online,- en showmodel aanbiedingen en met vertoon van de KBO pas in combinatie van de Gamma voordeelpas.**





## ZO LANG ZIJN UW POSTZEGELS GELDIG

Mogelijk heeft u in de loop der jaren heel wat postzegels verzameld.

Of u komt in een laatje ineens een oude postzegel tegen van 10 jaar geleden. Wellichthandig voor post die u de komende tijd gaat versturen. Alleen wat kunt u nog met deze (oude) zegels? En wanneer moet er bijgeplakt worden?

### Dit zijn de meest voorkomende postzegels

Tot 2010 stond er een waarde op postzegels. Sinds 2010 staat er geen prijs meer op vermeld, maar het cijfer 1 of 2. Op brieven en kaarten die niet zwaarder zijn dan 20 gram, kunt u een zegel 1 plakken. Zendingen tussen de 20 en 50 gram moeten voorzien worden van zegel 2. Of 2 keer een zegel 1, dat kan ook.

### Postzegels met een 1 of 2 erop kunt u blijven gebruiken

Er zijn regelmatig tariefswijzigingen voor postzegels en voorheen moest u dan vaak bijplakken. Anno 2025 kunt u 'oude' zegels met nummer 1 of 2 erop gewoon blijven gebruiken. U hoeft dus niet bij te plakken. Ook wanneer u deze nummer 1 of 2 postzegels bij de invoering ervan in 2010 heeft gekocht voor een lage(re) prijs.

Let er bij deze zegels alleen wel altijd op dat u genoeg plakt, passend bij de grootte en het gewicht. Dus niet dat u een 1 plakt, als het eigenlijk een 2 moet zijn.

### Wel bijplakken bij zegels waar een waarde op staat

Bij de oude postzegels, met een waarde erop in euro's, moet u wel bijplakken tot het juiste (actuele) tarief bereikt is. Hiervoor zijn speciale bijplakzegels van 2, 3, en 5 cent beschikbaar. Postzegels met een waarde aanduiding in guldens zijn sinds 2013

niet meer geldig. Ongebruikte zegels kunt u bij het postkantoor ook niet inruilen voor geld of er nieuwe postzegels van kopen.

### Ook bij decemberzegels moet u vaak bijplakken

Met decemberzegels kunt u tegen een gereduceerd tarief uw kerst- en nieuwjaarswensen versturen.

Deze zegels blijven het hele jaar geldig, ook voor uw 'gewone post' of als de tarieven veranderen. U moet dan alleen wel bijplakken, opnieuw afhankelijk van het actuele verzendtarief. Ook hiervoor kunt u de speciale bijplakzegels gebruiken.

### Postzegels voor post naar het buitenland

Voorheen waren er aparte 'Europa-' en 'Wereldzegels'. Nu is er nog maar één soort zegel als u post naar het buitenland verstuurt: de internationale postzegel. De oude zegels zijn nog wel geldig. 'Wereldzegels' kunt u gebruiken voor bestemmingen binnen én buiten Europa. 'Europazegels' zijn alleen geldig voor bestemmingen binnen Europa.

### Bij twijfel is er altijd hulp

Het tarief van postzegels verandert regelmatig. Wanneer u moet bijplakken kan het daarom handig zijn om altijd even na te gaan wat het actuele tarief is. Dit wordt regelmatig gecommuniceerd via de PostNL website. Daarnaast kunt u natuurlijk ook altijd een postkantoor bezoeken voor advies.

*Bron: PostNL, PlusOnline. Overgenomen uit nieuwsbrief PCOB Waalwijk*

## 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:

**Buurthuis Bloemenoord** Bloemenoordplein 3 5143 TB WAALWIJK 085-0602626 of digitaal via [www.rijbewijskeuringofficieel.nl](http://www.rijbewijskeuringofficieel.nl) Op werkdagen van 9.00-17.00 uur bereikbaar voor het maken van afspraken en alle vragen omtrent de rijbewijskeuringen. Leden van Senioren Brabant-Zeeland ontvangen € 10,- korting op de keuring à € 70,- bij het doorgeven van code SBZ10.

**Buurthuis Zanddonk** Willaertpark 2a 5144 VM WAALWIJK Online afspraak via [www.voor-keur.nl](http://www.voor-keur.nl) Vragen kunnen gesteld worden via [info@voor-keur.nl](mailto:info@voor-keur.nl) of eventueel via de voicemail van 085-0607065; u wordt altijd teruggebeld. Tarief voor een 75+ keuring volgens website € 55,-.

**Fysiotherapie Ballade** Dr. R.M.F. Sadiek (voormalig medisch adviseur CBR) Ballade 119 5142 WX WAALWIJK Als lid van Senioren Brabant-Zeeland betaalt u een vast tarief: € 47,50 voor de rijbewijskeuring A/B/BE/T (75+). Een afspraak via [www.rijbewijskeuringsarts.nl](http://www.rijbewijskeuringsarts.nl) is met extra korting € 45,12 (tarieven zijn incl. BTW). Bel 085-0180 800 of mail naar [afspraken@rijbewijskeuringsarts.nl](mailto:afspraken@rijbewijskeuringsarts.nl) om een afspraak te maken.

### Belangrijke telefoonnummers:

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

[www.stichtingsenioren.nl](http://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	Vrouwkentsvaartsestraat 12a	tel. 313312
Mw. E. Span	Schoolstraat 2a	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: bertdegraauw46@gmail.com
Dhr. K. Koster	tel. 315150	email: oco@koskeester.nl

### Onze belastingpapieren invullers

Dhr. B. de Graauw	tel. 312494	email: bertdegraauw46@gmail.com
Mw. C. de Bruyn	tel. 06-20632983	email: cissydebruyn@wxs.nl

### Onze thuisadministrateurs

Dhr. B. de Graauw	tel. 312494	email: bertdegraauw46@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 2025 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

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

**Gratis  
Taxi Service**

Heeft u geen vervoer?



Bel ons!

## DIVERSE SLAAPKAMERS & **DEELBARE LEDIKANTEN**



## DIVERSE **ZORGBEDDEN**



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

**Service Apotheek  
Waesbeek**

Hoe wij u kunnen verzorgen:

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 afhaalbus en Service Apotheek-waer zijn altijd open!

Klop Optiek  
Raadhuisplein 7 5161 CG Sprang-Capelle

www.kloptiek.nl

Gangbeerd 2A,  
4942 AE Raamsdonsveer  
tel. 0163-571871

Kerkstraat 8  
5165 CG Waspik  
tel. 0416-311353

*sinds 1932*

**snels** slagerij  
De Zaak traiteur  
vol Smaak 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

Een gezellig dagje uit  
voor jong en oud

\* Vaartje 108, 5165 ND Waspik tel. 0416-312568  
[www.delangendam.com](http://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](http://www.autobraat.nl)

**CHEVROLET  
SPECIALIST**

**KIA SPECIALIST**

**Liefde  
verbindt mensen**  
0416 - 851 405 (dag & nacht)

**VAN GORP**  
UITVAARTZORG

Ook als je verzekerd bent

**SNAPHAAN**

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

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

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

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

Probeer  
nu 2 weken  
voor € 39,-

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



**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](http://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 proefzitten en persoonlijk zitadvies!



**LEEMANS**

**UITVAARTVERZORGING**

Tel. 0162 - 403912 / 06-13677441

[www.leemansuitvaartverzorging.nl](http://www.leemansuitvaartverzorging.nl)

[www.uitvaartzondervermingmade.nl](http://www.uitvaartzondervermingmade.nl)

Voor de hele regio en omstreken



**BELEEFD LANGERVIJLEN**

- VOOR VERZORGING VAN BEGRAFENISSEN EN CREMATIES, STILVOL EN PERSOONLIJK NAAR UW WENSEN.
- REKEND MET ALLE GELOOFSVERTOEGINGEN EN RITUELEN.
- VOORAF REGELING / WENSEBOEKJE
- WAAR EN OF U VERZEKERD BINT, MAAKT NIET UIT.

**DAGEN EN NACHT BEGRUKKAR**

- OPMAREN THUIS, IN EEN DOOR U GEWENST MORTUARIUM IN UW WOONPLAATS OF REGIO OF IN DE SIEDEVOL INGERICHTE ROUWKAMERS EN 24-URES FAMILIEOUWKAMERS 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](mailto:info@theuns-assurantiën.nl)

**Website** [www.theuns-assurantiën.nl](http://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](http://www.brabantoor.nl)

# WESLEY | PT-SPORTS

CHOOSE YOUR WORKOUT!


06 - 22 87 04 09


CARMBLIETENSTRAAT 21, WASPIK


INFO@PT-SPORTS.NL


WESLEY PT-SPORTS


WESLEY\_PT\_SPORTS