

Voorzitter

Berry Vollering
Nelly Boudewijnsstr. 27
4822 VV Breda
076-8876527
06-43589435
bervol@casema.nl

NIEUWSBRIEF JUNI 2025

Jaargang 27 nummer 6

Bank: NL06 RABO 0114 1804 90

www.seniorenhagsebeemden.nl

Secretariaat

Tilly ten Dam
Groene Hil 8
4822 RS Breda
076-5412137

secretariaat@seniorenhagsebeemden.nl

Vicevoorzitter		
Penningmeester:	Wil Vollering, penningmeester.h.b.breda@gmail.com	06 55 29 71 27
WMO-zaken en clientondersteuners:		
Belasting invuller	Jos van Beers	07 65 87 42 53
	Marco Touw	06 53 44 92 85
Ouderenadviseur:	Egidia Beverwijk egidiab@gmail.com	06 21 42 05 62
Algemeen bestuurslid:	Christine Smit, smitgeysen@kpnmail.nl ,	06 13 01 12 82
	Arie de Vormer, arie.devormer@casema.nl	06 51 08 51 51
Automaatje:	Dré van Vrede Graag tijdig reserveren	06 13 05 32 15
Klusjesmannen: Klusjes in huis	Kees Snoeij	06 39 13 21 87
	Klusjes in tuin	Ad de Hoon
Computerhulp:	Aat Eland	06 22 32 33 21

In de maanden juni, juli, augustus, september is onze klusjesman **Kees Snoeij** beperkt bereikbaar en beschikbaar i.v.m. vakanties.

Komende activiteiten in of vanuit centrum Heksenwiel:

11 juni	Workshop "Stevig op de pedalen"		14.00 uur
14 juni	Kaart- en spelletjes middag		13:30 uur
21 juni	Bingo		19:30 uur
09 juli	Workshop Digitale medische wereld		14:00 uur
12 juli	Kaart- en spelletjes middag		13:30 uur
12 juli	Muzikale avond		20:00 uur
19 juli	Bingo		19:30 uur
22 juli	Dagtocht klompenmaker en bakkerijmuseum	vertrek	09:00 uur
15 t/m 19 Sept.	Midweek naar Boppard (D)		

Let op:

In verband met onze naamsverandering is het emailadres van het secretariaat aangepast.

Het nieuwe e-mailadres is: secretariaat@seniorenhagsebeemden.nl

Ook de naam van onze website is aangepast: www.seniorenhagsebeemden.nl

Stevig op de Pedalen

Woensdag 11 juni

Doe mee aan de workshop Stevig op de Pedalen van Veilig Verkeer Nederland

Fietsen is fijn! Daarom willen we dat zo lang mogelijk veilig blijven doen. Wil jij ook graag weten hoe je stevig op de fiets blijft zitten?

Of wat je moet doen als je toch gevallen bent?

En hoe je zo veilig mogelijk op weg kunt gaan? Kom dan naar de gratis workshop **"Stevig op de Pedalen!"**

Tijdens de workshop ga je:

- ✓ Leren hoe je een fietsongeval zo goed mogelijk kunt voorkomen.
- ✓ Aan de slag met oefeningen om in balans te blijven.
- ✓ Leren of jouw fiets goed en veilig staat afgesteld.
- ✓ Handige tips en adviezen krijgen over hoe veilig op pad te gaan.
- ✓ Leren wat je moet doen als je valt of bent gevallen

Deelname is gratis, U hoeft uw fiets niet mee te brengen.

Woensdag 11 juni 2025 van 14.00 – 16.00 uur in centrum Heksenwiel, Heksenwiellaan 2



Workshop Digitale medische wereld



Onze samenleving digitaliseert steeds verder, ontwikkelingen die voor ons vaak lastig bij te benen zijn. De drempel om digitaal mee te (blijven) doen, wordt steeds hoger en hierdoor voelen wij ons soms buitengesloten, eenzaam of machteloos. Om ons hierin te ondersteunen, biedt het Nationaal Ouderenfonds workshops aan.

Op **9 juli 2025** organiseren wij daarom een van deze workshops en wel de workshop **Digitale medische wereld**

Veel huisartsen en ziekenhuizen moedigen patiënten aan om gebruik te maken van digitale patiënten portalen of zetten in op videoconsulten als alternatief voor een fysieke afspraak. Ondanks dat deelnemers daar nu misschien nog niet mee te maken hebben, is het goed om te weten welke mogelijkheden er op het internet zijn om de gezondheid te ondersteunen. Waar vind je bijvoorbeeld betrouwbare informatie over lichamelijke klachten, hoe maak je online een afspraak bij de huisarts of bestel je een herhaalrecept voor uw medicijnen? Samen staan we stil bij de mogelijkheden op de website van de huisarts van de deelnemer en kijken we naar apps die gebruikt kunnen worden om de gezondheid te monitoren (denk aan een stappenteller of geheugentrainer).

De koffie staat voor u klaar:

Belangrijk: neem voor deze workshop het apparaat mee waar u het liefst op werkt. Dit kan uw eigen tablet, smartphone of laptop zijn. Hier gaat u tijdens de workshop mee oefenen. Een workshop duurt ongeveer 1,5 uur

Wanneer: 9 juli 2025. Aanvang: 14.00 uur tot 15.30 uur.



Voor één of beide workshops kunt u zich opgeven bij Tilly

secretariaat@seniorenhaagsebeemden.nl

of bellen naar 076-54 12 137

Muzikale-avond.

Op **zaterdag 12 juli** hebben is weer een muzikale avond: Deze keer met het duo Marco en Wilma Massar- Akkermans, Zij wonen in St.Willebrord, en zijn al 14 jaar gelukkig getrouwd. Samen hebben zij gespeeld bij "Renegade" en "Bare Essentials".

Sinds 2021 zijn ze samen verdergegaan als duo genaamd:

Duo Two of A Kind

Marco: Zang / gitaar, akoestisch en elektrisch.

Wilma: Zang / akoestische gitaar/ ukelele en percussie.

Zij zijn vaak te vinden op festivals, linedance en countrymiddagen of avonden.

Het belooft weer een spetterende avond te worden.

Aanvang: 20.00 uur. Entree is gratis.



Dagtocht.



Op **dinsdag 22 juli 2025** staat weer een leuke dagtocht gepland.

We bezoeken eerst de **Klompensmakerij** den Dekker in Dussen.

Daar krijgen we koffie met een lekker plakje cake en vertelt Peter den Dekker smaakvol hoe vroeger klompen werden gemaakt, gelardeerd met allerlei anekdotes. U zult smullen van zijn verhaal.

Daarna maken we een ritje van 3 kwartier met een **nostalgisch treintje** in de omgeving.

Instappen bij de klompensmaker, dus het is niet veel lopen. Rollators hoeven dan ook niet mee in het treintje.

Voor een lunchpakket wordt zoals gewoonlijk weer gezorgd

Daarna gaan we naar het **Bakkerij museum** in Oosterhout

Daar krijgen we koffie met een stukje appeltaart en een glaasje limonade. In deze nostalgische omgeving kunt u creatief aan de slag.

U bakt uw eigen koekjes en broodjes.

De bakker is aanwezig om u eventueel te helpen. Dat wordt smullen.

Uiterlijk 16:15 vertrekken we dan weer richting Breda.

Vertrek: 09.00 uur vanuit Heksenwiellaan 2.

De kosten voor deze dagtocht zijn: **€ 58,-** Betaling is aanmelding.

Aanmelden kan vanaf 9 juni.



Midweek

In de vorige nieuwsbrief hebben we al een uitgebreid verslag gedaan van de midweek in september naar **Boppard** aan de romantische Rijn.

Wij logeren in **Besttime Hotel Boppard**.

Deze reis is inclusief ontbijtbuffet, lunch of lunchpakket, 3 gangendiner met koud / warm buffet. De hele dag kunt u gratis koffie, cappuccino of thee van het zelfbedieningsbuffet gebruiken.

's Avonds van 18.00 tot 22.00 uur gratis softdrinkjes, vruchtensappen en warme drankjes van het zelfbedieningsbuffet.

Alcoholische drankjes zijn tegen **betaling** verkrijgbaar.

U kunt nog mee. Er zijn nog een paar 2 persoonskamers beschikbaar, dus wees er snel bij door € 520,00 p.p. over te maken op ons bankrekeningnummer: NL06 RABO 0114 1804 90.

Oplossing van de woordzoeker uit de nieuwsbrief van mei 2025.

BESTURINGSSYSTEEM

Winnaars van de woordzoeker uit de nieuwsbrief van mei 2025 zijn:

Erna Smans, Elke van Heerde, Anja Wiericks.

Winnaars van de Bingogetallen uit de nieuwsbrief van mei 2025 zijn:

1^{ste} prijs Corrie Janssen na 20 trekkingen, 2^{de} prijs Wil Paats na 38 trekkingen,

3^{de} prijs Wies Rovers na 44 trekkingen

Bingo van juni 2025.

Vul 5 getallen in van 1 t/m 50 en geef deze door aan Tilly.

--	--	--	--	--

Na **15 juni 2025** worden de getallen gedraaid met een getallengenerator.

De eerste 3 deelnemers die alle getallen goed hebben krijgen een leuke prijs.

Ook de oplossing van de woordzoeker op deze pagina kunt u per e-mail doorgeven aan

Tilly secretariaat@seniorenhaagsebeemden.nl of bellen naar **076-5412137**.

WOORDZOEKER

aanhangig	codex	luieren	smacht
achterna	douchen	meeuw	snert
afsoppen	ethos	middeleeuwen	spatbord
album	glasgordijn	notendop	specht
alchemist	halfgrond	omkopen	stokpaardje
basisfractuur	hersenen	omrijden	subcontinent
blouse	huishoudkunde	ontzaglijk	thermosfles
blussen	Jehova	opeens	voordoen
bospeen	kebab	overschaduwen	weten
brandalarm	klept	paardensport	zender
calculatie	konden	pionier	
cancan	krediet	rabbijn	
cederen	loods	saluutschot	

E	P	K	O	N	B	A	S	I	S	F	R	A	C	T	U	U	R
J	A	O	M	N	E	S	N	E	N	E	S	R	E	H	R	N	C
D	A	N	R	E	T	H	C	A	B	A	B	E	K	S	E	E	S
R	R	D	I	T	D	Z	C	R	L	N	O	T	E	N	D	O	P
A	D	E	D	E	L	N	A	U	E	U	E	M	I	E	N	D	A
A	E	N	E	W	A	N	U	G	O	I	I	P	R	E	E	R	T
P	N	A	N	C	D	T	I	K	L	D	N	E	P	P	Z	O	B
K	S	G	L	A	S	G	O	R	D	I	N	O	R	O	M	O	O
O	P	O	L	C	N	B	K	E	B	U	K	O	I	E	S	V	R
T	O	A	H	A	H	A	L	B	U	M	O	X	R	P	N	F	D
S	R	O	H	T	T	E	A	U	O	L	E	H	E	F	I	S	A
M	T	N	T	H	E	R	M	O	S	F	L	E	S	D	L	M	V
C	A	L	C	U	L	A	T	I	E	S	N	O	U	I	O	A	O
A	N	E	W	U	D	A	H	C	S	R	E	V	O	W	U	C	H
T	P	E	L	K	R	E	D	I	E	T	E	N	L	D	R	H	E
S	N	E	R	T	N	E	N	I	T	N	O	C	B	U	S	T	J

--	--	--	--	--	--	--	--	--

