

Actief & Inspirerend



INFO
10 - oktober 2025

**Oudste eik van Nederland
bij kasteel Vorden**

Senioren Heesch Jaarprogramma 2025

Vaste wekelijkse activiteiten

	activiteit	waar	tijd
Maandag	Fietsen lang (apr/okt)	kerk	9.00
	Helpdesk	Creapas	10.00-12.00
	Stoel yoga (2x)	De Deel	10.00-11.00 11.00-12.00
Dinsdag	Biljarten competitie	D'n Herd	12.30-17.00
	Jeu de Boules (Heesch en Teefelen)		13.30-16.00
	Sjoelen	De Misse	14.00-16.00
	Rummikub	De Misse	14.00-16.00
	Fotoclub, 2 ^e dinsdag	Dorsvloer	14.00-16.30
	Vrij biljarten	D'n Herd	18.30-22.00
	Biljarten 55+	D'n Herd	18.30-22.00
	Kaarten	D'n Herd	19.00-22.00
	Keezen	D'n Herd	19.30-22.00
Woensdag	Nordic Walking		9.30-11.00
	Meer bewegen voor ouderen (2x)	De Misse	10.30-11.30 11.30-12.30
	Bridgen	D'n Herd	13.00-17.00
	Fietsen kort (hele jaar)	kerk	13.30
	Aan de praat, 1 ^e woensdag	Creapas	14.30-16.00
	Samen uit eten (2 ^e wo)	't Venster	17.00-20.00
Donderdag	Vrij biljarten	D'n Herd	9.00-12.00
	Schilderen	Goeikamer	9.00-13.00
	Koor ConAmore	De Misse	10.00-12.00
	Handwerken	D'n Herd	10.00-12.00
	Wandelen in Heesch	De Pas	1 okt/ 1 mei 9.30-11.00
	Wandelen buiten Heesch (3 ^e donderdag)	De Pas	9.00-12.00
	Biljarten competitie	D'n Herd	12.30-17.00
	Biljarten 55+	D'n Herd	18.30-22.00
Vrijdag	Dansen, 2 ^e vrijdag van de maand	De Misse	20.00-23.30
Zondag	Hoera tis zondag, elke even week	D'n Herd	11.30-16.00

Speciale activiteiten oktober

Do 2 okt	Bloemschikken	Zaal B 1300-16.00
Di 7 okt	Kartrekkersoverleg	De Misse 9.30-12.00
Vrij 10 okt	Themabijeenkomst	De Misse 14.00-16.30
Wo 15 okt	Aan tafel bij Gerda	Eijnderic 17.30
Vrij 24 okt	Vrijwilligers	Vorstenbosch 13.30
Do 30 okt	Aan tafel bij Gerda	Eijnderic 17.30
Vrij 31 okt	Uitdelen INFO	D'n Herd 10.00

Speciale activiteiten november

Do 6 nov	Bijeenkomst nieuwe leden	De Misse 19.30-21.30
Wo 12 nov	Aan tafel bij Gerda	Eijnderic 17.30
Vrij 14 nov	Herfstfeest	Grote Zaal 13.20-17.00
Zo 16 nov	Bingo	De Misse 14.00-16.00
Do 27 nov	Aan tafel bij Gerda	Eijnderic 17.30
Vrij 28 nov	Uitdelen INFO	D'n Herd 10.00



futuristische voorwerpen langs de Dommel in De Kempen



Inhoud

- 2 Activiteitenrooster oktober - november
- 3 Inhoud - voorwoord "veiligheid"
- 4 Aan tafel bij Gerda
- 5 Schilderen bij Senioren Heesch - Taart bij "hoera tis zondag"
- 6 Themabijeenkomst "uitbehandeld? Hoezo?" - Beugelen in Loosbroek
- 7 Collage DMWG
- 8 Verkeersdag Senioren Oss - Vervoer op Maat / vrijwilligers
- 9 Meerdaagse reis Soest (D)
- 10 Efee: Die Drang
- 12 In de schijnwerpers: Martien Smits
- 13 Politiek Pamflet aan de politieke partijen
- 15 Gruujn His
- 16 Vacaturebank
- 17 Verenigingsnieuws
- 19 Contactgegevens en Colofon

Veiligheid

Tijdens onze bijeenkomsten in het kader van 'Praat vandaag over morgen' kwam als belangrijk thema het woord 'veiligheid' naar voren. Bij woonwensen scoorde 'veiligheid van de buurt' hoger dan de behoefte aan winkelveorzieningen, welk laatste onderwerp toch ook steeds terugkeerde. Op de laatste bijeenkomst werd gevraagd naar de grootste ergernis en toen waren het met name losliggende trottoirtegels en hardrijdende fatbikes en scooters, waar men zich aan stoorde. Ik denk dat deze zaken ook bijdragen aan een gevoel van onveiligheid op straat. Je kunt zomaar struikelen of van je sokken gereden worden, zodat je je soms wel twee keer bedenkt voor je de straat opgaat.

Als thema waar in de toekomst aandacht aan moet worden gegeven werd opvallend vaak digitale veiligheid genoemd. Veiligheid scoorde ook hoog als kernwaarde toen we vorig jaar ons beleidsplan voor de komende 5 jaar vaststelden. Kortom, het zou goed zijn als we hierin onze publicaties en andere activiteiten meer aandacht aan geven.

Wat sociale veiligheid betreft heeft de vereniging al een grote stap gezet met het vaststellen van gedragsregels, een protocol rond sociale veiligheid en het aanstellen van drie vertrouwenscontactpersonen. Zo willen we een vereniging zijn waar iedereen zich veilig kan voelen.

Voor de komende periode willen we ons wat meer richten op andere veiligheidszaken. Daarbij zullen we steeds onderscheid moeten maken tussen veiligheid die ons wordt aangeleverd (bv. een vlak trottoir, verlichting in de openbare ruimte) en veiligheid waar we zelf iets aan kunnen doen (bv. een fietshelm dragen of je fiets op slot zetten). Veiligheid krijgt vanaf nu een vaste plaats in onze reguliere publicaties in INFO, nieuwsbrief en website. Leden kunnen ook suggesties doorgeven die bijdragen aan de veiligheid in Heesch in het algemeen en binnen onze vereniging in het bijzonder. Een eerste tip alvast: ga eens langs bij de helpdesk op maandagochtend in de Pas om uw laptop, tablet of mobieltje te laten nakijken op digitale veiligheid. Er liggen altijd hackers op de loer, maar maak het ze niet te makkelijk. De mensen van de helpdesk kunnen u daarbij adviseren. Veilig en vertrouwd.

Jack de Groot

Aan tafel bij Gerda

Alle alleenstaande leden van onze Senioren Vereniging kunnen zich, **één maal per maand, alléén telefonisch aanmelden voor een heerlijk 3 gangen diner.**

Aanmelden: Jeannette 06-30829569, niet vóór 09.00 uur

Ontvangst: 17.15 tot 17.30 uur in de kookstudio van de Eijnderic.
Betaling: € 8,00 graag contant en gepast.



Oktober	woensdag 15 en donderdag 30 okt.	woensdag 1 oktober
November	woensdag 12 en donderdag 27 nov.	woensdag 29 oktober
December	woensdag 10 en donderdag 18 dec.	woensdag 26 november
Januari	donderdag 15 en woensdag 21 jan.	maandag 5 januari

Het aantal aanmeldingen overtreft vaak het aantal plaatsen. Als u in een bepaalde maand niet tot de eerst aangemelden behoort komt u op de reservelijst (als iemand zich achteraf toch afmeldt) of u krijgt de maand daarop de gelegenheid om met voorrang een keuze te maken voor de data van de volgende maand.

**Met smakelijke groet,
kookteam Senioren Heesch**

GEZONDHEIDSCENTRUM
HEESCH

HUISARTSENPRAKTIJK
HIEMSTRA

BENU APOTHEEK

FYSIOTHERAPIE4ALL

PODOTHERAPIE
PEETERS

HUIDGERICHT

LOGOPEDIEPRAKTIJK
MIEDEMA

VERLOSKUNDIGEN
RIDDERHOF

DIÉTIST RUTH

BERNHOFEN

THUIZORG PANTEIN

PRAKTIJK VOET EN VORM

ERGOTHERAPIE ERGOZELF

GEZONDHEIDSCENTRUM HEESCH

Huisartsenpraktijk Hiemstra

open voor nieuwe patiënten

Rijbewijskeuringen
voor patiënten
en niet-patiënten
uit Heesch e.o.

Kosten € 50.

Afspraak mogelijk op alle werkdagen
zonder wachttijd via ☎ 0412-451380.

NL RIJBEWIJS

Huisartsenpraktijk Hiemstra

Gildestraat 1, 5384 JC HEESCH

info@huisartspraktijkhiemstra.nl

www.huisartspraktijkhiemstra.nl

55NN567

HUISARTS

SCHILDEREN BIJ SENIOREN HEESCH

Alweer ruim een half jaar bestaat de mogelijkheid om, als je lid bent van Senioren Heesch, aan te sluiten bij de bestaande groep (8 personen) kunstschilders, recreatief of professioneel.

De groep is actief op de donderdagen van 09.00 uur tot 13.00 uur in hun atelierruimte in De Pas.

De mogelijkheid is aanwezig om de bestaande groep met meerdere personen uit te breiden eveneens op de donderdagen van 13.00 uur tot 17.00 uur (aansluitend op de 1e groep).

Er wordt geen les gegeven. Eenieder is vrij om zijn of haar talenten op hun eigen wijze te ontwikkelen met gebruikmaking van de ontwikkelde talenten van de overige leden.

Met andere woorden er is voldoende ruimte om elkaars werk te bespreken.

Heb je interesse om je bij de groep aan te sluiten dan nodigen wij je graag uit om op een donderdag tussen 09.00 uur en 12.00 uur binnen te lopen in De Pas of neem telefonisch contact op met

Wil van Rijn. GSM: 0610364436
email: schilderen@seniorenheesch.nl



Hoera tis zondag



Taart bij 'Hoera tis zondag'

Op de eerste vrijdag van oktober is het traditioneel Nationale Ouderendag. Om dat te vieren, zal tijdens 'Hoera tis zondag'

op 5 oktober om 14.00 uur in De Pas

een speciale taart worden aangesneden.

Aanwezigen krijgen een stuk taart met een extra kopje koffie/ thee aangeboden door Senioren Heesch en Samen Heesch. Deze organisaties organiseren samen elke twee weken de 'Hoera tis zondag' in De Pas.

Vanwege Nationale Ouderendag krijgen de aanwezigen bovendien een verrassing voor thuis.

'Hoera tis zondag' is bedoeld voor iedereen die op zondagmiddag geen zin heeft om voetbal of autoracen te kijken, maar wel zin heeft in gezelligheid. Tijdens 'Hoera tis zondag' wordt koffie gedronken, geluncht en gekletst over van alles en nog wat. Bovendien liggen de speelkaarten en dozen Rummykub klaar voor degenen die zin hebben in een spelletje. Op de achtergrond klinken soms Nederlandstalige liedjes uit de jaren vijftig en zestig.

'Hoera tis zondag' begint om 11.30 uur met een kopje koffie/thee. Rond 13.00 uur wordt geluncht en daarna wordt er verder gepraat, een spelletje gespeeld of er wordt voorgelezen. Aanwezigen kunnen ook andere activiteiten voorstellen die in De Pas gedaan kunnen worden.

Iedereen is welkom!



Beugelen in Loosbroek

De fietsers komen voor dit uitstapje op 12 augustus om 12.45 u samen bij De Pas. De rest gaat met de auto. We gaan naar Beugelvereniging "D'n Beugel" in Loosbroek. Beugelen is een eeuwenoude beweeg- en denksport. Daar aangekomen worden we welkom geheten met koffie/thee en een lekkere koek. Ad en Jo, de eigenaren, zijn zelf ook fanatieke beugelaars.

Ad legt het spel uit: Je speelt met z'n tweeën tegen een ander koppel en je mag elkaar lekker plagen door hun bal, die mooi voor de beugel ligt, weg te ketsen. Via het trekken van een speelkaart worden we in 4 groepen verdeeld.

In totaal hebben we drie spellen gedaan tegen wisselende tegenstanders. Degene die het spel verliest, moet de baan weer glad trekken met twee grote rijven.

Er wordt met verve gespeeld. Het is leuk om te doen en ook leuk om naar te kijken. Sla je door dezelfde beugel "verdien" je twee punten. Sla je echter weer terug door diezelfde beugel gaan er twee punten vanaf.

Zo ook als je tegenstander jouw bal in de goot ziet te gooien. De oohh's en goed bedoelde adviezen gaan in het rond. Lachen!!

Om beurten houdt er iemand de stand bij. Ondertussen krijgen we een knabbeltje aangeboden. De heren slaan er krachtig op los. Toch zijn het twee dames die met de eer gaan strijken!! **Lekker flesje wijn ...Mariet en Helma geniet ervan!!**

Kwart over vier fietsen we onder tropische temperaturen weer terug naar huis.

Het was erg gezellig!! Organisatie: dank-jullie-wel!!!



Themabijeenkomst

"UITBEHANDELD!..... HOEZO?"

Meerdere keren per jaar wordt dit 'doodvonnis' uitgesproken.

Maar dat je niet meer kunt genezen van een bepaalde aandoening is niet hetzelfde als uitbehandeld zijn.

Terugkijkend naar de tijd die achter ons ligt kunnen we tegenwoordig een scala aan behandelingen aanbieden. Behandelingen die niet alleen dagen aan ons leven toevoegen, maar ook leven aan de dagen die ons resten.

Uitbehandeld ben je pas als je definitief je ogen sluit.

Wil je hier meer van weten kom dan op vrijdag 10 oktober 2025 om 14.00 uur naar De Pas.

De entree is gratis. Koffie en thee in de pauze is voor eigen rekening. Na afloop betalen met pin.

Wij hebben graag dat u zich aanmeldt voor deze middag.

Vanwege vacature bij de werkgroep kunt u zich **aanmelden via**

zorgenwelzijn@seniorenheesch.nl

of

op donderdag 2 oktober van 10.00 tot 11.00 uur in het café van SCC De Pas.

Mocht u na aanmelding toch verhinderd zijn, dan graag even bellen naar **06-11425920**





ALFERINK

O P T I C I E N

't Dorp 31 5384 MB Heesch T 0412 451003
info@alferinkoptiek.nl www.alferinkoptiek.nl
 Als KBO-lid: bij aanschaf van een montuur

10% korting



Verkeersdag Senioren

Veilig Verkeer Nederland, afdeling Maasland, organiseert op woensdag 15 oktober 2025 een verkeersdag voor senioren.

Locatie: Hooghuis Mondriaan College,
Mondriaanlaan 1, 5342 CN in Oss

Het programma bestaat uit alleen theorie óf uit theorie en praktijk.

Als u **alleen theorie** volgt wordt u geïnformeerd over de veranderde verkeers- en gedragsregels zoals rotondes, snelweg, voorsorteervakken en taal van de weg. Er wordt informatie gegeven over geneesmiddelen en alcohol bij ouderen in het verkeer en over veilig fietsen op een e-bike. Daarnaast meten een fysio- en een ergotherapeut uw functies en geven advies om langer fit te blijven.

Wanneer u **ook aan de praktijk** deelneemt wordt uw reactiesnelheid gemeten in een rijnsimulator, worden oren en ogen getest door een audicien en opticien en krijgt u daarnaast nog een praktijkles waarbij u uw kennis in praktijk brengt d.m.v. rijden in een lesauto met een instructeur. De mogelijkheid bestaat voor een fietscheck (als u met de fiets komt)

Deelnamekosten (contant betalen op dag van deelname):

- Voor **alleen het theoriegedeelte € 10,-** (incl. theorieboekje); u kunt aangeven of u in de ochtend of in de middag wilt komen.
- Voor **het hele programma € 20,-** (incl. theorieboekje en lunch); dan bent u welkom van 8.15 u tot 16.00 u.

Inschrijving staat open voor iedereen uit de gemeenten Oss en Bernheze.

Voor meer informatie kijk op:

www.vvn-maasland.nl

Aanmelden kunt u via onze website:

vvn-maasland.nl/verkeersdag/

**Projectleiding: Jan Huijbers,
telefoon 06-51580738**

Vervoer op maat Heesch zoekt vrijwilligers

Soms is het lastig om ergens te komen voor een bezoek aan het ziekenhuis, de opticien, de fysiotherapeut of andere hulpverlenende instanties. Maar ook als je voor de gezelligheid ergens naartoe wilt, zoals een bezoek aan een jarig of ziek familielid.

Met **"Vervoer op maat in Heesch"** willen wij inwoners van Heesch helpen als vervoer lastig is om te regelen. Vrijwilligers zorgen dan voor vervoer, met hun eigen auto en tegen een beperkte vergoeding. De focus ligt op vervoer in Heesch en de omliggende kernen op doordeweekse dagen.

Wil jij een of meer keer per maand iemand helpen met vervoer? Of wil je meer informatie?

**Bel dan met Vervoer op Maat Heesch:
06-34219445**

of

**stuur een mailtje naar
VervoeropmaatHeesch@gmail.com**



**VERVOER OP MAAT
SAMENHEESCH**



Meerdaagse reis naar Soest in Sauerland (D)

De reiscommissie van Senioren Heesch organiseert een reis van 11 t/m 15 mei 2026. De reis is all-inclusive (ontbijt, lunch, diner) in Hotel Am Wall gelegen aan de rand van het mooie stadscentrum van de historische stad Soest. Er zijn excursies naar Bad Sassendorf, Schloss Altena, Winterberg en een rondvaart over de Sörpesee.

Het hotel is sfeervol ingericht en heeft een terras met tuin. De kamers zijn voorzien van een badkamer met douche en toilet, telefoon, een zitje, satelliet-televisie en draadloos internet.

Programma:

11 mei: Heenreis met lunch onderweg naar het vakwerkstadje Soest

12 mei: begeleide wandeling door het historische centrum van Soest en bustocht naar kuuroord Bad Sassendorf.

13 mei: bustoer door Sauerland naar Schloss Altena en rondvaart Sörpesee

14 mei: Panoramatour met bezoek Winterberg en een glasblazerij in Willingen.

15 mei: Terugreis met een bezoek aan de Möhnesee en afscheidsdiner in Nederland.

Prijs € 685,- per persoon, exclusief toeslag 1-pers. kamer € 100,- en verplichte toeslag SGR € 5,- p.p.; reserveringskosten € 10,- per boeking

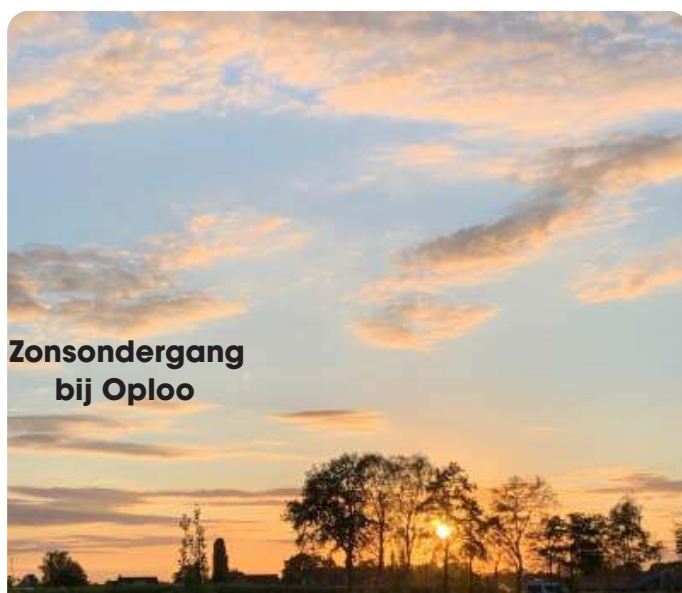
Meer informatie op de website www.seniorenheesch.nl



Historisch stadje Soest in Sauerland - Duitsland



Hotel Am Wall



**Zonsondergang
bij Oploo**

DIE DRANG

Wat is dat toch, dat tegen de tijd dat velen vakantie moeten of willen vieren, de plannen zo uiteenlopend zijn. De ene groep zweert bij een mooie stad, de ander loopt de musea af, en velen willen op een strand liggen. Smeersel bij de hand en op de blote delen, handdoekje uitgespreid op het opwaaiende korrelgedoe. Aan het eind van de middag het handdoekje laten liggen want er komt weer zo'n zonnige dag. Die onderlegger ligt er de volgende dag nog, of is weggewaaid of .. er ligt een ander op. Jij vindt wel dat het veroverde stranddeel van jou is, maar dat denken anderen ook. Er zijn er ook velen die zweren bij het verblijf in het Hisse. Lekker vertrouwd en de supermarkt kent gelukkig geen vakantie, dus alles heerlijk bij de hand. Maar voor velen geldt, dat DIE DRANG naar efkes wat anders, elk wordt jaar tijdig bedacht en ingevuld. Waarheen, betrekkelijk dichtbij of wat verder van huis, voor de liefhebber, de avonturier, aan het eind van de zomer een heerlijk onderwerp om invulling aan te gaan geven. Efee en echtgenootje overleggen uiteraard altijd heel tijdig.



Efee: karakteristieke toren bij kloostertje

En ook deze zomer werd het een vaste stek in de Corrèze, 50 km ten noorden van de Dordogne, en toeristenloos. We hebben geen hekel aan toeristen maar zonder bevalt ook heel goed. Het genieten van dat prachtige landschap, met onvergetelijke vergezichten, het verveelt ons nooit. Maar de bezitter van een prachtig oud kloostertje met een karakteristieke toren en ons bescheiden onderkomen, concludeert dat het prachtige uitzicht over de heuvels, met 's avonds overal lichtjes van boerderijen, na vele jaren nog ongeveer hetzelfde is en blijft. Het genieten houdt wel een keer op. Maar het gaat over DIE DRANG erop uit te trekken. Wij kenden jaren geleden een boer in Oeldere. Hij had bedacht een weekje de boerderij en vee te verlaten voor een genieten, elders. We troffen hem een dag later weer op het erf. Het gebral en geboe verdween niet uit zijn hoofd en hij was weer gelukkig tussen z'n zooi en dieren. Waarmee gezegd wil worden, dat eenieder zijn gedachte heeft bij een kort of lang verblijf elders in het land of verder weg. Maar ons genieten, 1000 km ver van Oss, vinden wij de moeite meer dan waard. Een onderbreking op weg naar ons "paradijs", want de leeftijd gaat een rolletje spelen, hebben we nu ook geaccepteerd. U leest het nu, maar die Fransen hebben van ons Hotelonderbrekinkje geen benul. Voordeel, we komen fris aan en kunnen na het uitpakken van onze spullen, uitpuffen. Trouwens als je gebruik maakt van de auto naar de bestemming, gaat ook alles mee. Dat hebben we dan ook ongebruikt weer ingeladen toen we de terugweg namen. Allemaal zinloos maar geeft wel het gevoel, dat ding rijdt toch, dus knikker er maar in. Op de terugweg, goot het in en rond Parijs zo hevig, dat er onder de bruggen 50 tot 60 cm water in alle richtingen opspoot. Gelukkig geen ongelukken ter plekke, want de reddingsboeien zaten onderin de kofferbak. Onderweg vele gele nummerborden van auto's die op weg waren naar Holland, naar de baas.

Wat wil efee nu zeggen met dit verhaal. De vakantietijd van het jaar boeit velen en ontlokt gelukkig vele gedachten om dat leuke deel van het jaar mooi in te vullen. Effe DIE DRANG.

Overpeinzingen

= ouder worden is best wel fijn. Tenminste, als je met een redelijke gezondheid elke dag mag beleven. Nooit meer om 8 uur bij de "baas" het zelfde doen zoals gisteren. Je moet er niet aan denken, maar dat doe je na enige maanden ook niet meer. En nou maar genieten.

= of je inzetten als vrijwilliger voor de medemens die het wat minder jofel voor elkaar heeft. Dat is mooi werk, geef je op. De behoefte is groot en de spontane invulling neemt af.

= efee op weg met de E-bike door Herperduin. Ziet 2 fietsen tegen een boom staan. Wat verderop beweegt iets in de bosjes. Zijn vast die twee van die fietsen.

En tenslotte

in het Haus der Geschichte in Stuttgart hadden ze bedacht dat het Museum enkele avonden speciaal voor nudisten zou worden opengesteld. Daar werd veelvuldig gebruik van gemaakt. De mannen wilden hun Al-foontje in de kontzak doen. Maar dat lukte helemaal niet. De vrouwen hadden die avonden een probleempje minder, ze hoefden zich niet het hoofd te breken wat die avond aan te trekken.



Lennisheuvel, omgeving Bostel

Efee



Voor informatie en het maken van een afspraak: www.huisartsvancruchten.nl

Telefoon: 0412 - 451355.

Praktijkadres: gezondheidscentrum Ceres
Cereslaan 2C, 5384 VT Heesch

Gaat u op reis en bent u op zoek naar een gedegen en persoonlijk reisadvies over vaccinaties en malariapreventie?

Annemieke Boellaard, arts en reizigers-geneeskundige heeft al meer dan 10 jaar ervaring op dit gebied en helpt u snel en op maat.

Ook voor een rijbewijskeuring kunt u bij ons terecht.



Er is een tijd van komen en een tijd van gaan!

De tijd van gaan is nu gekomen na 13 jaar ouderen-adviseur en 5 jaar als OCO (onafhankelijk cliëntondersteuner).

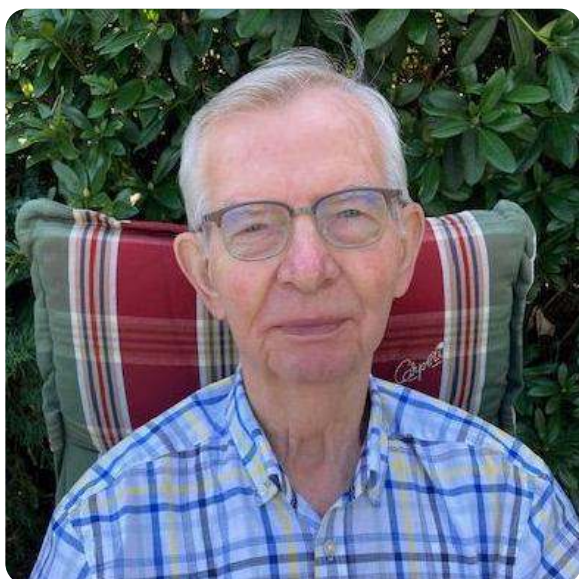
Al deze tijd heb ik ouderen mogen adviseren en begeleiden op het gebied van: wonen, welzijn, financiën en administratie. Als OCO sinds 2021, heb ik veel ouderen kunnen ondersteunen in het kader van de WMO en was ik aanwezig bij de z.g.

keukentafelgesprekken ten behoeve van begeleiding van relevante hulpvragen voor de WMO. Al met al dankbare taken die ik met plezier heb vervuld en die mij veel voldoening en verrijking hebben opgeleverd.

Spreekt u dit aan en hebt u interesse? Voor nadere informatie kunt u terecht bij het bestuur van Senioren Heesch.

Want: wat is er mooier dan de medemens te kunnen helpen?

Martien Smits



Met naaststaand bericht neemt Martien

Smits na 13 jaar afscheid van een taak die hij vervuld heeft ten behoeve van de senioren van Heesch. En met de senioren van Heesch bedoelen we niet alleen leden van onze vereniging, maar *alle* senioren. Want de vrijwillige ouderenadviseurs (VOA's) en de onafhankelijke cliëntondersteuners (OCO's) doen hun vrijwilligerswerk niet namens onze vereniging. Ze worden begeleid door Ons Welzijn en vandaaruit krijgen ze verzoeken om de ouderen van advies te voorzien. Elke 75-jarige in de gemeente krijgt vanuit Ons Welzijn het aanbod voor een informatief gesprek met de ouderenadviseur.

Als bestuur van Senioren Heesch zijn we blij met de ouderenadviseurs. In het augustusnummer van INFO hebt u een oproep kunnen lezen van Ons Welzijn om u aan te melden als VOA. U krijgt een gedegen opleiding en regelmatige bijscholing om dit werk te kunnen doen.

Met het vertrek van Martien wordt die oproep dringender.

Tegelijkertijd wil het bestuur van Senioren Heesch op deze plaats zijn dank uitspreken aan Martien voor al die jaren van deskundige inzet voor de senioren van Heesch.

Wij wensen hem nog een aantal mooie jaren toe en zien hem graag regelmatig bij onze activiteiten terug.



Politiek pamflet

Met het oog op de gemeenteraadsverkiezingen op 18 maart 2026 zijn politieke partijen bezig met hun verkiezingsprogramma's. Als de landelijke verkiezingen eind oktober voorbij zijn zal daar vernieuwde aandacht naar uitgaan. Ons bestuur heeft eind augustus een oproep gedaan aan alle politieke partijen van Heesch om rekening te houden met de wensen van senioren. Deze wensen zijn in een 'politiek pamflet' geformuleerd – hieronder weergegeven. Zo probeert Senioren Heesch haar missie waar te maken: niet alleen ontspanning en ontmoeting, maar ook individuele en collectieve belangenbehartiging van alle senioren uit Heesch. Daarnaast heeft ons bestuur deze oproep gedeeld met andere seniorenverenigingen van Bernheze om zo onze stem gemeentebreed te versterken.

HEESCHE SENIOREN WILLEN

MEEDOEN EN MEEBESLISSEN EN DRINGEN DAAROM AAN OP:

- Bevorder de toegankelijkheid van diensten en informatie, zoals 'De wegwijzer', zowel fysiek als ook telefonisch.
- Bied heldere informatie over de WMO-zorg, ondersteuning en hulpmiddelen, en voorkom wachtlijden.
- Zorg voor voldoende onafhankelijke cliëntondersteuners (vrijwilligers en beroepskrachten).
- Faciliteer laagdrempelige ontmoetingsplekken in gemeenschapshuizen en wijken.
- Richt laagdrempelige informatiepunten in waar mensen direct antwoord op hun vragen krijgen.



PASSEND WONEN EN DRINGEN DAAROM AAN OP:

- Stimuleer de doorstroming, dit zorgt voor 7 verhuisbewegingen.
- Sta andere woonvormen, tussen zelfstandig wonen en verpleeghuis in, ruimhartig toe. Denk aan (pré)mantelzorgwoningen, hofjes en andere woonvormen (duo-wonen, woningsplitsing en optoppen van woningen).
- Pas zo nodig beperkende regelingen wat betreft bouwen en wonen aan.
- De gemeente zorgt voor basisvoorzieningen dichtbij huis (zoals bushalte, winkels, huisarts, apotheek en geldautomaat).
- De gemeente betreft senioren bij de inrichting van hun buurt.



HEESCHE SENIOREN WILLEN

VITAAL EN GEZOND BIJVEN EN DRINGEN DAAROM AAN OP:

- Investeer in gezondheidsbevordering en preventie (dit voorkomt hoge kosten op termijn) en betrek hierbij de seniorenverenigingen.



- Zorg voor behoud van vitaliteit: stimuleer en faciliteer sportdeelname van senioren en valpreventie trainingen. Sluit aan bij bestaande initiatieven.
- Benader actief kwetsbare en eenzame senioren en ga armoede en schulden tegen.
- Stimuleer en faciliteer scholing in digitale vaardigheden.



PASSENDE ZORG ONTVANGEN EN MOBIEL BLIJVEN EN DRINGEN AAN OP:

- Maak Heesch nog meer voetgangersvriendelijk, ook voor rollator, rolstoel, scootmobiel, en fietsvriendelijk.
- Pak obstakels in openbare ruimten aan.
- Zorg voor rust- en ontmoetingsplekken, zoals bankjes.
- Zorg voor voldoende en ruime parkeermogelijkheden.



• GEEN WOORDEN MAAR DADEN EN DRINGEN DAAROM AAN OP:



- Faciliteer en ondersteun initiatieven bij de opzet van zorgzame wijken, zoals Voorzorgcirkels.
- Stimuleer en faciliteer een integraal aanbod van preventie en zorg.
- Stel voorzieningen beschikbaar die nodig zijn bij het langer thuis blijven wonen.

EEN BETROUWBARE EN TOEGANKELIJKE OVERHEID EN DRINGEN AAN OP:

- Zorg voor een integraal seniorenbeleid, denk over grenzen van domeinen heen.
- Introduceer digitalisering gedoseerd en ondersteun met analoge middelen.
- Bied ondersteuning in gemeenschapshuizen en bibliotheken.



Gruujn His

Overal in ons sgòn His, henze geprubbeert um zoveul aës meuglijk de stoeptegels te vervange dur gruujn pläentjes aën bumkes. Dæs door vurt gemintehaws aorig gelukt. Ok niive den Eijderick ziede naw vort veul meer gruujn aës vurrigend joor. Mar niej al dæ gruujn hurt door ok te stòn. Ik zie ok unne kwak blawkoppe aën andere bogt tusse de òngeplante bluumkes stòn. Mar ut wort gelukkig bèn tèèj bèngehaawe dur de mense van de IBN, die komme sgoefe. Diej doen overal in ons dörrep goej waèrk. Nodderhant griesele ze dan alles op un hupke aën dan kömter un buske dæ alle gruujn aën alterhante aander graëj meenimt. Worheen dæ hek neujt niej kunne volge, mar tis aalt opgerömt. Tis sunt dætter in His midde int dörp nog twii plòtskes zen wor neujt niemus kömt, zot sgènt. Mar op un niej te misse plòts door triije èvvel alle daag versgaèjende ambtenare van ons gemintehaws langs. Of ze stòn dur un wèèl te roake. Ik denk dæ diej wel kèke mar niks wille ziejn. Swoenzes smaeriges komme wellie medde nordic walking groep van senioren His tusse-n- ut aaw ròthaws aën de winkel van Ceelen dur getrojje. Door stöh al jörre unne bak wor un por nèèj frisse jong bluumkes of gruujn pläentjes niej zon misstòn! Sens tèèj hitter niemus gen oag mer vur. Tis nog sunt, want tis vur veul den intreej nor onze kultuurtaempel. Naw stötter nog enne dòörse tak in, diej door nog eujt dur de Bruna ingezet is geworre. Tis kræk unne senioren-bak denk swoenzes aalt bèn menaège.

Bært van Trientjes



MAXIMALE KORTING OP UW ZORGVERZEKERING

Theo Veld Verzekeringen is al 45 jaar dé specialist in CZ zorgverzekeringen. Voor alle vragen kunt u bij ons terecht. Wij zijn u graag van dienst.



Wij beoordelen gratis of u de juiste aanvullende verzekering hebt en dus niet onnodig teveel premie betaalt.

Daarnaast kijken wij of u recht hebt op terug-gave van de contributie die u aan Senioren Heesch betaalt. Bezoek aan huis mogelijk.



Theo Veld Verzekeringen

Munstraat 10 5374PG Schaijk

Telefoon 0486-462622

info@theoveldverzekeringen.nl

www.theoveldverzekeringen.nl



't Dorp 22€
HEESCH
0412 451523



DÉ FIETSWINKEL VOOR AL JE FIETSPLEZIER!

www.fietsplezierheesch.nl



FIETSPlezier-Michel-van-de-WETERING



fietsplezier_heesch



Senioren Heesch is een actieve en inspirerende vereniging en door haar ambities permanent op zoek naar versterking op diverse fronten. Door dit terugkerende artikel willen wij onze leden maandelijks op de hoogte houden van onze vacaturebank, waarin telkens één vacature nader wordt uitgelicht.

Bestuursfuncties

Voor versterking van het bestuur zijn wij dringend op zoek naar:

- Bestuurslid Communicatie, die werkgroepen coördineert voor de website, de Nieuwsbrief en de INFO
- Bestuurslid “Kwaliteit en Innovatie”, een nieuwe nog nader te definiëren functie om ons zevenkoppige bestuur compleet te maken

Bestuursondersteuners

Speciaal voor leden die niet zitten te springen op een bestuursfunctie, maar wel bereid zijn om het bestuursleden makkelijker te maken zoeken we bestuursondersteuners, die enkele afgeperkte taken kunnen overnemen, zoals:

- Vrijwilligers die iets kunnen op terrein van artikelen schrijven en grafisch ontwerpen
- Diverse nog nader te bepalen talenten, waar we een passende plaats of invulling voor zoeken

Kartrekkers en vrijwilligers

- Commissie dagtochten
- Kartrekker/contactpersoon voor de fotoclub
- Vrijwilliger themabijeenkomsten (zie uitgelicht)
- Voor iedereen die een steentje wil bijdragen is zeker een plaatsje te vinden binnen onze vereniging

Uitgelicht

Lid van de werkgroep themabijeenkomsten

- de werkgroep verzorgt 4 bijeenkomsten per jaar rond actuele thema's
- werkgroepleden zoeken een actueel onderwerp uit op basis van suggesties van leden of bestuur
- werkgroepleden regelen een of meer sprekers of begeleiders van een thema
- werkgroepleden regelen zaalruimte en maken afspraken over techniek
- werkgroepleden dragen teksten aan voor publicaties in druk en op de website
- werkgroepleden houden de aanmeldingen bij

Wil je meedenken over vorm en inhoud van deze bijeenkomsten meld je dan aan bij: Jack de Groot, zorgenwelzijn@seniorenheesch.nl of telefoon 06-53769369

Verenigingsnieuws

Op deze pagina communiceren we over zaken die leven binnen de vereniging onder redactie van het bestuurslid Communicatie communicatie@seniorenheesch.nl of tel 06-53769369



**** Vanuit het bestuur**

Naar aanleiding van opmerkingen die zijn binnengekomen bij de jaarcijfers (jaarrekening van 2024 en de begroting voor 2025) is het bestuur in gesprek gegaan met betrokkenen. Er was geen reden tot twijfel over de cijfers, alleen de wijze van presenteren riep bij een lid vragen op. We zijn blij met zijn opmerkingen en bekijken hoe we met gedane suggesties de presentatie kunnen verbeteren.

**** Reiscommissie**

Ons vorig bericht over de reiscommissie heeft enkele vragen opgeroepen. Voor de helderheid: de reiscommissie bestaat/bestond uit twee secties. Een sectie was verantwoordelijk voor de dagtochten, de andere voor de meerdaagse reizen. Alleen de leden van de sectie dagtochten zijn gestopt. Daarom zoeken we vrijwilligers die deze sectie willen bemensen. Maar ook de sectie meerdaagse reizen zoekt aanvulling. De twee leden hebben vooralsnog de organisatie van de reis naar Soest in Duitsland (mei 2026) op zich genomen. Hun plannen vindt u elders in INFO en op de website.

**** Vrijwilligersbijeenkomst 24 oktober**

Onze vereniging kan bijna 35 activiteiten aanbieden dankzij de grote inzet van zo'n honderdtal vrijwilligers. U moet niet alleen aan de kartrekkers van elke activiteit denken, maar ook aan commissieleden, bestuursondersteuners, verkeersregelaars, de duo-fietsers, de INFO-bezorgers en de mensen die de website beheren en de INFO-redactie. Één maal per jaar hoeven ze zelf niets te regelen, want dan organiseert het bestuur een 'dankjewel'-bijeenkomst voor hen. Het programma blijft meestal een verrassing, maar het zal niemand verrassen dat het bestuur namens alle leden die profiteren van hun inzet hen graag een leuke middag aanbiedt. Dit jaar is de bijeenkomst buiten Heesch op 24 oktober. Alle betrokkenen ontvangen een persoonlijke uitnodiging. Iemand die meent dat hij/zij onterecht niet is uitgenodigd (soms weten we als bestuur echt niet alles) kan zich alsnog bij het bestuur aanmelden – via activiteiten@seniorenheesch.nl

**** Mutaties ledenadministratie van 10 augustus tot en met 9 september 2025**

Wij heten als nieuw lid welkom:

Ben Heesakkers, Theo van den Akker, Wilma van den Akker - van Teeffelen, Hennie van Vugt, Carla Dielissen, Nellie Govers, Jenny Brachel

Zij krijgen nog een uitnodiging voor de eerstvolgende bijeenkomst voor nieuwe leden op donderdag 5 november.

We nemen afscheid van: (opzeggingen)

Berdien van Lith - Verboord

We danken haar voor haar betrokkenheid.

In de afgelopen periode zijn ons overleden door overlijden:

Bert van der Stappen, Mien van den Hurk - van der Biezen, Lies van Nuland - Jonkers, Tiny van den Brand - van Heumen, Toos van Tilburg - van Grunsven
Wij wensen de nabestaanden veel sterkte toe om het verdriet en gemis te kunnen dragen.

Geef alle wijzigingen in uw gegevens door via ledenadministratie@seniorenheesch.nl. Of gebruik het mutatieformulier op de website. Help ons om het ledenbestand up to date te houden.

**** Bestuursagenda**

- | | |
|--------|-----------------------------|
| 1 okt | Bestuursvergadering |
| 1 okt | overleg met inwonersnetwerk |
| 7 okt | Kartrekkersoverleg |
| 15 okt | Themavergadering bestuur |
| 24 okt | Vrijwilligersbijeenkomst |
| 30 okt | oploop inwonersnetwerk |

Lekker en gezonde maaltijden aan huis

**IS ZELF KOKEN
NIET MEER MOGELIJK
OF LASTIG?**

Dan zijn we er voor U

Maak nu kennis!

4 maaltijden naar
keuze voor € 18,95

Bel **085 - 90 211 90** en bestel

De Maaltijdservice

 info@demaaltijdservice.nl
www.demaaltijdservice.nl



Contactgegevens

Wanneer u lid wilt worden van de Senioren Heesch, uw lidmaatschap wilt opzeggen of wijzigingen in adresgegevens wilt doorgeven, gelieve contact op nemen met onze ledenadministrateur Wil Welling, tel. 0412 – 454560, of per email: ledenadministratie@seniorenheesch.nl. of via de website: www.seniorenheesch.nl/ledenadministratie.

De bijdrage voor het lidmaatschap van Senioren Heesch bedraagt €26,00 euro per jaar. De contributie geldt voor een kalenderjaar, met dien verstande dat bij aanmelding na 1 januari men per vol kwartaal een kwart van de contributie minder betaalt. Dus bij aanmelding geldt vanaf 1 april € 19,50, vanaf 1 juli € 13,00 en vanaf 1 sept € 6,50. Gastlidmaatschap is € 15 per jaar of € 4 per vol kwartaal.

Bestuur		
Wilma Slaats	voorzitter@seniorenheesch.nl	06-11122738
Tinie van Nistelrooij	secretaris@seniorenheesch.nl	0412-452626
Antoon van Herpen	penningmeester@seniorenheesch.nl	06-53400433
Vacature	Communicatie	
Wil van Oorsouw	activiteiten@seniorenheesch.nl	06-55281255
Jack de Groot	zorgenwelzijn@seniorenheesch.nl	06-53769369
Vacature	Kwaliteit en Innovatie	

Ziekenbezoekgroep Lief en Leed - e-mail: liefenleed@seniorenheesch.nl

Contactpersoon: Ria Ploegmakers, telefoon: 0412-233023 of b.g.g. 06-12253638

COLOFON:

INFO is een uitgave van Senioren Heesch.

Postadres Senioren Heesch:
Deken van de Cammenweg 38,
5384 LW Heesch
E-mail: communicatie@seniorenheesch.nl
Betalingen:
Rabobank nr. NL84RABO0120027119
t.n.v. penningmeester Senioren Heesch.

Kamer van Koophandel Oost Brabant:
nummer 17122252.

INLEVEREN KOPIJ INFO 11 - NOVEMBER 2025

UITERLIJK DONDERDAG 10 OKTOBER 2025

E-MAIL: COMMUNICATIE@SENIORENHEESCH.NL

Ondersteuning en praktische hulp en adviezen

Ouderenadviseurs van ONS welzijn

Mieke Driessen: 0412-453177 / 06-40269765
Marianne van de Hulsbeek: 0412-451463

Mantelzorgmakelaar

Margreet Verboon
Telefoon 06-49 35 52 16
Website: www.voorzorginbalans.nl/contact/

Heesch durf te vragen (hulpdienst)

Aanvragen via app (06-12997409) of
via mail vraag@samenheesch.nl

Let op!
Nieuw mailadres:
[communicatie@seniorenheesch](mailto:communicatie@seniorenheesch.nl)

WARM, STIJLVOL EN WAARDIG

Uitvaartverzorging van Lith

Mortuarium Oss, Heesch, Nistelrode en Herpen



Van Lith Uitvaartzorg

is een begrip in Oss, Bernheze en in de wijde omgeving.

De jarenlange ervaring en onze zorgvuldige manier van werken brengen ons waar we nu staan.

Samen met mijn team van gemotiveerde medewerkers geef ik alle aandacht aan uw persoonlijke wensen, zodat u kunt blijven vertrouwen op de uitstekende dienstverlening die u van ons gewend bent.

Wim Muller

 DOCFALAAN 2, 5342 HZ OSS  0412- 623 173



WWW.UITVAARTVERZORGINGVANLITH.NL