

Aan jou als Rabo-lid
vragen we om
Senioren Heesch
te steunen via
Rabo ClubSupport.
Breng je stem uit
op de meest veelzijdige
vereniging voor alle
senioren in Heesch.

Stem via de
Rabo App of op
rabobank.nl/

**Stemmen
van 1 t/m 23 september**



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 sept / 1 mei 9.30-11.00
	Wandelen buiten Heesch (3 ^e donderdag)	De Pas	1 mei / 1 sept 9.00-11.30
	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 het is zondag, elke even week	D'n Herd	11.30-16.00

Speciale activiteiten september		
Do 11 sept	Aan tafel bij Gerda	Eijnderic 17.30
Wo 24 sept	Aan tafel bij Gerda	Eijnderic 17.30
Vrij 26 sept	Uitdelen INFO	D'n Herd 10.00
Zo 28 sept	Bingo	De Misse 14.00-16.00
Ma 29 sept	Bloemschikken	Zaal B 1300-16.00
Di 30 sept	Inspiratiesessie voorzorgcirkels	De Misse 19.30-21.30

Speciale activiteiten oktober		
Do 2 okt	Bloemschikken	Zaal B 1300-16.00
Di 7 okt	Kartrekkeroverleg	De Misse 9.30-12.00
Vrij 10 okt	Themabijeenkomst: Uitbehandeld! Hoezo?	De Misse 14.00-16.30
Wo 15 okt	Aan tafel bij Gerda	Eijnderic 17.30
Do 30 okt	Aan tafel bij Gerda	Eijnderic 17.30
Vrij 31 okt	Uitdelen INFO	D'n Herd 10.00



Vliegbasis Volkel



Inhoud

- 2 Activiteitenprogramma september / oktober
- 3 Inhoud en Voorwoord
- 4 Aan tafel bij Gerda
- 5 Dichter bij de tuin - Thuis in Oss - Bezoek Vliegbasis Volkel
- 6 Verslag van de ochtendgroep Volkel - Roame waase
- 7 Over (het) leven en overleven
- 8 Donderdagmorgen wandelgroep - Feest bij: Hoera 't is zondag
- 9 Afscheid van Jo Cuppen als kartrekker
- 10 Afscheid van een vrijwillige chauffeur
- 11 Themabijeenkomst "Uitbehandeld hoezo??"
- 12 Vacaturebank
- 13 Verenigingsnieuws
- 14 Bingo
- 15 Contactgegevens en Colofon

Ouder en wijzer? Of...

"U bent nog zó goed voor uw leeftijd!" Bedoeld als compliment. Toch?

Maar eerlijk is eerlijk: het klinkt een beetje alsof er iets mis is met ouder worden. Alsof het een verrassing is dat je nog stevig in je schoenen staat, kunt lachen om jezelf, plannen maakt en vol ideeën zit.

Toch merken velen van ons dat er gekke aannames over ouderen bestaan. Alsof we ineens 'kwetsbaar' zijn zodra we ouder worden. Alsof we geen verstand van techniek hebben. Of niet meer kunnen leren, werken, daten, of avonturen beleven. Dat noemen we seniorisme: het onbewust kleiner maken van mensen, alleen omdat ze ouder zijn.

En dat is zonde. Want als er één groep is met levenservaring, relativeringsvermogen én humor, dan zijn wij het wel. We zijn niet zielig, we zijn zinvol. We zijn geen last, we zijn van waarde. Voor onze familie, onze buurt, voor de samenleving.

Onlangs bracht SIRE een campagne op TV met de slogan "Je bent nooit te oud om te leven". Een oproep om niet in hokjes te denken, maar om actief en met plezier ouder te worden. Een mooie gedachte! Maar de filmpjes zelf? Die sloegen de plank mis. Goed bedoeld, maar de vorm werkte averechts. Dat laat zien hoe nodig het is dat wij zélf het echte verhaal vertellen en zo oude denkbepelden doorbreken.

Wat kunnen we zelf doen?

Laat zien wat je doet en denkt. Praat erover. Schrijf je in voor die cursus, doe mee aan die activiteit. Zeg vriendelijk maar duidelijk "nee" tegen betutteling.

Laten we vooral zien wat er wél is. We zijn nog steeds volop in beweging. Actief als vrijwilliger, mantelzorger, sporter, cursist of reiziger. En ja, soms ook gewoon lekker aan het genieten van rust en vrije tijd.

Dus ja: ouder en wijzer. Maar ook nieuwsgierig, betrokken, levenslustig, ondernemend. Soms gewoon lekker eigenwijs. Ouder worden is gewoon een volgend hoofdstuk in ons leven. Dat begint niet met: "Vroeger was alles beter", maar met: "Nu is alles mogelijk".

En ben je Rabo-lid: steun Senioren Heesch via Rabo Clubsupport. Bij voorbaat dank!

Wilma Slaats, voorzitter

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.

September	donderdag 11 en woensdag 24 sept.	woensdag 3 september
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

DIËTIST RUTH

BERNHOFEN

THUZZORG PANTAIN

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 RIJBEEWIS

Huisartsenpraktijk Hiemstra

Gildestraat 1, 5384 JC HEESCH

info@huisartspraktijkhiemstra.nl

www.huisartspraktijkhiemstra.nl

55NN567

HUISARTS

Dichter bij de tuin

Op vrijdagmiddag 8 augustus waren 27 leden van Senioren Heesch te gast bij Dichter bij de Tuin, Kerkweg 2, Heesch.

Bij dagbesteding "Dichter bij de tuin" werken uitsluitend volwassen jongens die vaak en zoveel mogelijk buiten bezig zijn. In de tuin achter het clublokaal kweken en onderhouden ze samen kruiden, planten en bloemen, fruit en kerstbomen. Ook worden er diverse groenten gekweekt die weer verwerkt worden in zelfgemaakte producten, zoals jam, appelmoes, chutney en soep. Zelfs de calendula-zalf komt van hun eigen goudsbloemen!

Na de rondleiding door de tuin was er een diavoorstelling die duidelijk maakte welke projecten er nog meer door de "medewerkers" van Dichterbij in de omgeving worden verzorgd, zoals:

-de dieren voeren bij het hertenkamp in Oss en de stallen schoonmaken, -eenvoudig tuinen onderhouden bij mensen en bij bedrijven.-een handje helpen bij de sportvereniging in het groenonderhoud. Sinds kort zijn ze ook regelmatig te vinden bij de oudijzerboer. Mensen bellen "Dichterbij" op dat ze spullen klaar hebben staan. Die worden opgehaald om uit elkaar te schroeven en de materialen te scheiden, wat een mooie bijverdienste/ beloning is.

Na een kopje koffie met koek was er gelegenheid om wat te kopen en daar werd volop gebruik van gemaakt. Helmi en Esther zeiden tot slot aan de deur van "Dichterbij" dat die altijd openstaat voor mensen die even willen komen kijken of om producten te kopen. Al met al weer was het weer een gezellig middagje voor onze leden.

Met dank voor de gastvrijheid.



THUIS IN OSS

Het gaat over de Opvang van Vluchtelingen in Oss. We brachten met 20 personen een bezoek aan die prachtige Opvang aan de Spitsbergerweg in Oss. Dagelijks zetten zich hier 27 medewerkers en 200 vrijwilligers in om deze mensen, die uit alle windstreken komen, te begeleiden. Kinderen gaan naar school en leren onze taal heel snel. Er wonen 500 mensen, vanuit alle "linke" gebieden door elkaar in een aantal prachtige accommodaties op een mooie plek. We waren erg onder de indruk van alle voorzieningen en de duidelijke uitleg door Marja Schoenmakers. Maar het blijven VLUCHTELINGEN, gekomen van heinde en verre. Als Nederlander geboren in Arnhem, blijft dat jouw plek. En dat geldt voor al die mensen op de Spitsbergerweg. Fantastische hulp maar jouw verlangen ligt elders. Ooit terug, wie weet. Aan het eind van de rondgang hebben we elkaar beloofd "hoort en zegt het voort". En we keerden allen op de fiets terug naar onze vertrouwde onderkomens.

Frans Eijssink

Bezoek Vliegbasis Volkel

De club van de vakantiewekencommissie had het bezoek goed georganiseerd.

Heel veel inschrijvingen. Gelukkig met de vliegbasis overeengekomen om op te splitsen in twee groepen. Dus nu een dubbele organisatie om een morgen en een middaggroep samen te stellen. Er is hard gewerkt om: al deze personen over de auto's te verdelen en enveloppen met routebeschrijving klaar te maken voor de chauffeurs. Bijzonder dat je in deze tijd van herbewapening zomaar op een militaire vliegbasis mag komen. Zomaar??

Eerst je nummer van je paspoort of ID kaart doorgeven. Bij de wachtmeester voor de slagboom je papieren laten controleren. Er werd ons een aantal keren verteld dat we niet uit mochten stappen. (Wat de gevolgen zouden zijn weet ik niet.)



Dan in colonne naar de Traditiekamer. Hier werden we opgesplitst in drie groepen. In drie zalen werd ons verteld over de geschiedenis en het gebruik van het vliegveld door de jaren heen.

Het is in de tweede wereldoorlog aangelegd door de Duitsers. En steeds verder uitgebreid. Later is het vliegveld ingenomen door de geallieerden. En daarna overgenomen door de Nederlandse Luchtmacht.

We kregen uitleg over diverse type vliegtuigen, oude en nieuwere schietstoelen, bewapening op, aan en in vliegtuigen. Een aantal van ons heeft nog in een cockpit van een Starfighter gezeten.

Op latere leeftijd nog in de wolken.

Vakantiewekencommissie bedankt voor deze leuke excursie. Want het is fijn om elkaar te kunnen blijven ontmoeten ook in de vakantie.

Ad van Nuland.

Verslag van de ochtendgroep Volkel

Op 24 juli zijn we met twee groepen naar de traditiekamer van de vliegbasis Volkel geweest. Het was een heel intense ervaring om dit te beleven.

Er werd veel verteld over het ontstaan van de basis en herinneringen opgehaald over de oorlog '40-'45. En diegene die dat wilde, mocht in de cockpit van een Starfighter zitten, maar dat was een hele klim want het is een kleine ruimte waar de piloot zit.

Het was een heel bijzonder en mooie ervaring. De deelnemers waren allemaal heel tevreden.

Annie Fransen - vd Lee

Roam wa:se

Komme wellie vurrige mònt durt dörrep getrojje æn zien we door bedde Driej Lelieje unne groate hogwerker tége de ka:we gével òn stòn. De ons is aalt nogal nijsgierig æn blèh un lutske ston kèèke. "Dæs tog vort un stuk hændiger æs vruger", zijk ik tége dur. "Alle wiike moes ons moeder mènne spons æn ne zeum alle roam wa:ssen òn de bawtekant. Swinters æn sommers. Frèddus troj ze dan mènne ragebol, unne zeum æn unne pollepel in durren emmer vol putwotter ront ons haws. Weer of gèn weer! Niej dæ dæ iemus zaag dæde römkes smerrig waare. Mart hurde zoa! Urst den ze medde ragebol over de ruite æn ut hawtwaèrek. Æn dan spuulde ze de gla:s noa dur der menne pollepel unne klets wotter awt durren emmer tégen-òn te gojje. Ik hagget nog mar krækskes gezeajt of ze zèn tége men: "Zulliej zèn gèn roam ònt wa:se mar ze stòn door bòve te sgúre! Ut zen sgilders zoa te ziejn" Æn dizze kèr hasse nog us unne ker gelijk ok nog ! Welliej wa.se ok niej mer zaelf de roam vant haws. Dæs vort teveul waèrik. Umdörrum kömter um de twii mònt unne-n-ægte glazewa: ser òn ons haws. Dæ sgent vort veul meer vur te kòmme. Mar zoa ærg æs vurrige mont hekkut nog neujt niej meej gemak. Toenk tége den onze zen dæ diej groate winkelroame ok wel wir un wasburtje kosse gebruike, hittiej daags derno alle ruite dur unne professional dur awt loate hòðle. Naw hittiej door sgòn nèj in loate zette.

Bært van Trientjes



OVER (het) LEVEN EN OVERLEVEN

Elke taal, ook de onze, geeft mogelijkheden om met enkele letters of ruimten iets anders te willen betekenen of te zeggen. OVER (HET) LEVEN, geeft ons allen dagelijks de mogelijkheid vele gebeurtenissen voor de geest te halen. "Opa nou weten we het wel", een regelmatige reactie van onze kleinkinderen. Maar het oud worden betekent niet alleen het fysieke gedoe dat terugloopt maar ook de gelegenheid tot overpeinzen. Wat ging het toen langzaam en vandaag de dag met sprongen. De "ontwikkeling" in de wereld met steeds meer dictators die het zo goed met jou voor hebben, aan me hoela, het gaat over henzelf. Maar dat hadden we in het verleden ook. Het is van alle tijden, ten strijde trekken, overheersen, veroveren en vernielen. Ze deden er toen wat langer over, ze moesten toen b.v. met olifanten de bergen over. Nu kunnen ze vanuit de huiskamer jouw onderkomen plat gooien. De "vooruitgang", aan me hoela 2, en toch herinneringen, hoe ging dat toen, wat hebben we meegemaakt. De verhalen worden steeds ietsje mooier, maar de kern blijft. Door die snelle veranderingen, het maar ouder worden, de behoefte aan zorg, de teruglopende hulp, brengt mij op het tweede deel van dit epistel OVERLEVEN je zult maar afhankelijk zijn en elke dag een ander aan de deur krijgen. De vertrouwde hulp die op een andere plek wat meer kan verdienen en regelmatigere werktijden mag beleven. De groep ouderen en behoeftigen wordt steeds groter en de ondersteuning loopt terug. Voor velen is er geen bal meer aan. Bekenden gaan eerder dan jij. De vertrouwde groep slinkt. Jijzelf ook maar dat heeft vaak te maken met de maat van broek en hemd. Het geeft allemaal te denken en dat doen velen dan ook. Mensen overtuigen dat morgen toch fijn kan zijn is niet zo eenvoudig. De betrokkenen hebben teveel tijd om de gedachten aan "heeft het zin" wel of niet van zich af te schudden. De tuin ligt er verwoest bij, het wereldnieuws geeft jou totaal geen aanleiding tot positief denken. Maar toch, als het enigszins kan, begeef je onder het "volk", doe mee aan ontspannende

bezigheden. Zoek hulp bij het vinden van vervoer. En geniet van kleine dingen. DOEN HOOR.

OVERPEINZINGEN

- = Geef mijn portie maar aan Fikkie. Efee weet ook wel dat het niets met fikkie/vuur te maken heeft. Bekijk het maar... en de klus door andere laten doen.
- = Er ligt meer tijd achter je dan voor je. "Ik heb een lange Bucket list". Het vooruitzicht, nog veel te doen en te beleven, voordat je de emmer omschopt. (de engelse uitdrukking voor doodgaan).
- = Als ik jou zie word ik wakker. Toch slaap ik graag met jou.
- = Al ben je nog zo nietig, en voel je je nog zo klein, de wereld zou toch zonder jou, beduidend anders zijn.

En tenslotte

Meneer de Minister hoe komt u aan dat lintje? Door niets te doen maar wel heel erg lang.

Efee

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



Donderdagmorgen wandelgroep

Op donderdagmorgen gaat een aantal actieve leden van Senioren Heesch samen wandelen. Gedurende 1,5 uur wandelen wij door Heesch en directe omgeving. De ene keer gaan we naar de Geffense Plas of landgoed De Berckt. Een andere keer gaan we weer richting golfbaan The Duke. Ook het natuurgebied De Stelt met Landerij VanTosse is een favoriet wandeldoel. Elke week nemen wij een andere route te maken. Wij verzamelen altijd voor het gemeentehuis/de Pas. De wandelgroep bestaat al sinds 2004 en is met name in het afgelopen jaar gestaag gegroeid. Steeds meer senioren beseffen dat bewegen erg belangrijk is. En wat is er dan leuker om dit met gelijkgestemden wekelijks in groepsverband te doen. Naast het bewegen is het ook goed voor de sociale contacten. Tegenwoordig wandelen wij met tussen de 15 en 20 personen. Een hele stoet als je ons door het dorp ziet trekken. Op de 3de donderdag van de maand gaan wij buiten Heesch wandelen en nemen wij de auto mee. Wel blijven wij altijd in de directe regio. Zo gaan wij wandelen in bijvoorbeeld de Nulandse Hei, omgeving kasteel Heeswijk, de Wamberg, omgeving Mariaoord en Maliskamp, Herperduin etc. Na afloop van de wandeling drinken we gezamenlijk koffie. Het gemiddelde tempo van de wandelgroep ligt tussen de 4,3 en 5 km per uur. Mocht je interesse gewekt zijn, kom dan gerust op donderdagmorgen en wandel met ons mee. Het is wel belangrijk dat je een bepaalde basisconditie hebt. De vertrektijden zijn, vanaf gemeentehuis/De Pas: Periode 1 mei t/m 30 sept. vertrek om 09.00 u. Periode 1 okt. t/m 30 april, vertrek om 09.30 u. Op de 3de donderdag van de maand (wandelen buiten Heesch), vertrek 09.00 u.

Zorg dat je op tijd bent, want we vertrekken precies op tijd.

De kartrekkers,

Ton Vrijsen, tel. 06-50411167 / Ad van Erp, tel. 06-14592727



Feest bij 'Hoera t is zondag'

Op **zondag 5 oktober viert 'Hoera t is zondag' een feestje** omdat in die week Nationale Ouderendag is geweest. Sinds een aantal jaren wordt elke eerste vrijdag van oktober deze **Nationale Ouderendag** gevierd op initiatief van het Nationaal Ouderenfonds. Op de zondagen van de even weken, wordt 'Hoera t is zondag' gehouden in de Pas. Samen Heesch en Senioren Heesch trakteren bezoekers op een kopje koffie of thee en vrijwilligers zorgen dat het gezellig is met een praatje of een spelletje Rummykub. Bezoekers variëren in leeftijd, maar het merendeel is senior. Daarom zal op 5 oktober een speciale 'Hoera' worden gehouden. Met iets lekkers bij de koffie/ thee, en een presentje om mee te nemen naar huis.

Het Nationaal Ouderenfonds roept iedereen op om actief verbinding te zoeken omdat een klein gebaar al een groot verschil kan maken. Op Nationale Ouderendag kan je iemand meevragen naar een gezellige activiteit in de strijd tegen eenzaamheid onder ouderen, zo stelt het Nationaal Ouderenfonds. Juist daarom wordt iedereen opgeroepen om op zondag 5 oktober alleen of samen met iemand anders een kopje koffie met iets lekkers te komen genieten in de Pas. 'Hoera t is zondag' wordt gehouden tussen 11.30 en 16.00 uur in de Pas en is vrij toegankelijk. Het eerste kopje koffie of thee is gratis.

Afscheid Theo Cuppen als kartrekker

Senioren Heesch is een vereniging waar vele activiteiten worden georganiseerd voor de leden. Een van die activiteiten is de donderdagmorgenwandelinggroep. De wandelgroep is opgericht in 2004 en Theo Cuppen was hiervan destijds de initiatiefnemer. In die tijd vond het bestuur van de toenmalige KBO al dat het voor de leden van de vereniging goed zou zijn om meer te bewegen. Dit was de reden om deze wandelgroep op te richten. Zoals gezegd, Theo Cuppen was hiervan de initiator. Vanaf 2004 is hij ook steeds als kartrekker verbonden geweest aan de wandelgroep. Enige tijd geleden heeft Theo aangegeven het kartrekkersstokje te willen overdragen. Op donderdag 24 juli j.l. was het moment aangebroken. In totaal is Theo ruim 21 jaar kartrekker geweest, voorwaar een lange periode. De wandelgroep heeft hem onder het genot van een kopje koffie thuis in het zonnetje gezet en heel hartelijk bedankt voor zijn inzet voor de wandelgroep.



Ook een delegatie van het bestuur van Senioren Heesch, te weten Wilma Slaats (voorzitter) en Wil van Orsouw (bestuurslid Activiteiten), waren hierbij aanwezig en bedankten Theo namens het bestuur voor zijn langdurige kartrektersinzet. Theo blijft overigens wel lid van onze wandelgroep. Inmiddels is in de opvolging van Theo voorzien. Ad van Erp zal deze taak van hem overnemen.

**Theo, bedankt voor het jarenlang regelen
van onze wandelingen.**

**Heesch, 24 juli 2025
Ton Vrijssen (kartrekker)**



Afscheid van een vrijwillige chauffeur

Op onze jaarlijkse bijeenkomst op 7 juli 2024 heeft Jo Fransen aangegeven dat het volgende seizoen zijn laatste was als vrijwillige chauffeur bij onze groep. Voor de kartrekker heel fijn om dit zo vroeg te weten, dan is er voldoende tijd om voor vervanging te zorgen. Ongeveer 11 jaar heeft Jo zich in de avonduren vrijwillig ingezet om mensen van gezinsvervangende huizen van Heartcare Buitenpas 13/15 en Vlasakker 28 naar dansles te brengen en te halen. Verder kon je altijd een beroep op hem doen om in te vallen voor een andere chauffeur. Als ik dan belde was altijd zijn vrouw Anny aan de lijn met het antwoord "dat doet onze Jo wel, daar zorg ik voor". Op zijn laatste rit werd Jo verrast door de begeleiders en bewoners van Heartcare Vlasakker 28 met mooie woorden en een cadeau.



Zelf heb ik jaren met Jo dezelfde mensen naar die locaties gebracht. Jo en Anny hartelijk bedankt voor de prettige samenwerking ook namens de andere chauffeurs; we zullen je missen!

Namens Senioren Heesch mocht ik Jo een attentie aanbieden; zij zijn hem zeer erkentelijk voor zijn jarenlange vrijwillige inzet als chauffeur.

Jo blijf gezond en de hartelijke groeten,

De kartrekker, Maricus van Schijndel



Rabobank

Aan jou als Rabo-lid vragen we om **Senioren Heesch** te steunen via Rabo ClubSupport. Breng je stem uit op de meest veelzijdige vereniging voor alle senioren in Heesch.

Stem via de Rabo App of op [rabobank.nl/](https://www.rabobank.nl/)

Stemmen van 1 t/m 23 september

A collage of images showing seniors in a group, a ballot box, and a person holding a ballot.

Uitbehandeld!..... Hoezo?

Uitbehandeld,... mevrouw Pieterse?, dat meen je niet, ik zag haar vorige week nog lopen. Ze moet nog 70 worden, wat een drama. Wie herkent niet dit soort gesprekken? Meerdere keren per jaar wordt door onwetendheid het doodvonnis ten onrechte uitgesproken. Is dit wel terecht? 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 heel scala aan behandelingen aanbieden, die niet alleen dagen aan het leven toevoegen, maar ook leven aan de dagen die ons nog resten. Tijdens mijn lezing voor "Senioren Heesch" wil ik u meevoeren naar bestaande en nieuwe behandelingen, die de horizon van voorheen onbehandelbare aandoeningen kunnen verleggen. De tijd van negativisme over het beloop van niet te genezen ziektes kan plaats maken voor de nieuwe realiteit van een meer maakbare toekomst. Uitbehandeld ben je pas op het moment dat je definitief je ogen sluit.

Dr. Hans Manders verzorgt deze lezing voor de werkgroep Themabijeenkomsten van senioren Heesch voor iedereen op vrijdag 10 oktober in de Pas, aanvang 14.00 uur.



De werkgroep themabijeenkomsten verzorgt vier keer per jaar een themabijeenkomst rond actuele onderwerpen en thema's die van belang kunnen zijn in verband met zingeving en welzijn van senioren. De werkgroep zoekt aanvulling door vertrek van een van haar leden.

Wil je mee denken over vorm en inhoud van themabijeenkomsten:

meld je aan via
zorgenwelzijn@seniorenheesch.nl of telefoon
06-53769369.



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.

Vacaturebank

Hieronder treft u de vacatures aan van onze vereniging, waarbij we er telkens één uitlichten. Bij vragen of interesse in een passende functie zoekt u contact met onze voorzitter, Wilma Slaats.
voorzitter@seniorenheesch.nl of tel 06-11122738



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 (zie verenigingsnieuws)
- Kartrekker/contactpersoon voor de fotoclub
- Vrijwilliger themabijeenkomsten
- Hoera 't is zondag (zie uitgelicht)

Voor iedereen die een steentje wil bijdragen is zeker een plaatsje te vinden binnen onze vereniging

Uitgelicht

Met **SPOED** gezocht: gezellige vrijwilligers voor 'Hoera 't is zondag'.

Het team van 'Hoera 't is zondag' zoekt uitbreiding! Op de zondagmiddagen in de even weken tussen 11.30 en 16.00 uur, schenken vrijwilligers van 'Hoera 't is zondag' een kopje koffie of thee voor bezoekers die komen binnenlopen. Daarnaast maken ze het gezellig door leuke gesprekken en met spelletjes. Soms wordt er voorgelezen.

Vrijwilligers hoeven niet de hele middag te blijven, maar een gedeelte van de tijd is ook mogelijk.

Dus: hou je van gezelligheid, leer je graag nieuwe mensen kennen en maak je graag een praatje met bezoekers? Meld je dan aan en kom een zondag kijken hoe leuk het is om vrijwilliger te zijn bij 'Hoera 't is zondag' in de Pas. Bel, app of stuur een sms naar één van de kartrekkers:

Susanne van de Ven 06 2112 6998, of Tineke Witte 06 5198 3475.



Tuingroep Dichtbij de Tuin + producten



Verenigingnieuws

Op deze pagina communiceren we over zaken die leven binnen de vereniging onder redactie van het bestuurslid Communicatie communicatie@kboheesch.nl of tel 06-53559042



**** Vanuit het bestuur**

In augustus heeft het bestuur gewoon doorgewerkt om een goede start te kunnen maken voor het nieuwe seizoen. Er is ook al gekeken naar de planning van de grote evenementen van volgend kalenderjaar. Intussen is wel de jaarrekening van 2024 en de begroting voor 2025 definitief vastgesteld. Door ziekte van de penningmeester en het zoeken van een opvolger konden we dat pas vorige maand aan de leden voorleggen in plaats van op de ALV in maart. Er zijn een paar reacties binnengekomen waar we als bestuur nog even naar gaan kijken. Overigens staat het bestuur ook graag open voor andere reacties van leden. Heeft u vragen, ideeën, wensen, of wilt u zo maar iets kwijt stuur dan een mailtje of pleeg een telefoontje naar het bestuur. De contactadressen vindt u in elke INFO en op de website.

**** RABO clubsupport**

Ook dit jaar doet onze vereniging weer mee met de RABO-clubsupport actie. Via onze voeropagina vragen we daar extra aandacht voor. We roepen iedereen die lid is van de RABO-bank op om zijn/haar stem uit te brengen op Senioren Heesch. Die oproep geldt niet alleen voor onze leden, maar mogelijk ook voor hun (klein)kinderen en vrienden. U kunt bijvoorbeeld de sportvereniging van uw kleinkinderen steunen en hen (of hun ouders) dan vragen om onze vereniging te steunen. Zo helpen we elkaar aan een mooi bedrag. Vorig jaar was de opbrengst iets minder dan in 2023. Laten we dit jaar weer proberen om iets meer op te halen. We zullen de extra gift van de RABO-bank aanwenden om een start te maken met de voorzorgcirkels. Deze actie vloeit voort uit onze campagne 'Praat vandaag over morgen' die we in het jubileumjaar van onze vereniging voor alle senioren van Heesch hebben georganiseerd. Mede dankzij de steun van de RABO-bank is deze campagne zeer succesvol geworden. We hopen dat het vervolg dat ook wordt, maar daarvoor is ook een extra financiële inspanning nodig.

**** Voorzorgcirkels**

Op zaterdag 27 september is het nationale burendag. In Heesch zullen die dag verschillende mensen die dag gebruiken om aandacht te vragen voor de voorzorgcirkel in de eigen straat/buurt. Het is fijn om elkaar als burens een beetje te kennen en in ieder geval makkelijk contact te maken. Dan zouden we in voorkomende gevallen iets voor elkaar kunnen betekenen. Omzien naar elkaar, praktische hulp bieden (soms) en in ieder geval zorgen dat we niet vereenzamen: dat is het idee achter de voorzorgcirkel. Op 30 september komen de initiatiefnemers van de voorzorgcirkels weer bij elkaar om ervaringen uit te wisselen. We hopen zo elkaar te kunnen inspireren.

**** Reiscommissie dagtochten**

De leden van de reiscommissie dagtochten hebben aan het bestuur aangegeven te willen stoppen met hun activiteiten. Na overleg met het bestuur hebben ze hiertoe besloten. Zij hebben een aantal jaren met plezier de nodige reizen georganiseerd voor onze leden.

Als bestuur vinden we het jammer dat Paul van Erp, Mariska Ernst en Jeanne van Orsouw gaan stoppen met het organiseren van deze dagtochten. We willen hen dan ook heel hartelijk danken voor hun inzet gedurende de afgelopen jaren. Vele leden hebben genoten van de fijne door hen georganiseerde dagtochten. Graag blijven we Paul, Mariska en Jeanne tijdens activiteiten van onze vereniging ontmoeten. Natuurlijk willen we het aanbieden van dagtochten weer een vervolg gaan geven en opnemen in onze activiteiten. Hiervoor hebben we uiteraard vrijwilligers nodig. Wie belangstelling heeft om dit mede te organiseren kan contact opnemen met Wil van Oorsouw of Wilma Slaats (zie hun contactgegevens op de laatste pagina.)

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

Wij heten als nieuw lid welkom:

Sjannie van Hal - de Visser, Sjef den Otter, Anita van der Stappen, Martin van der Stappen, Ineke van de Wetering – Veldhuis, Leidy Bos, Cecilia Houben, Willy Haring - van Dalen, Ton Wijnen, Cun Wijnen, Fred Pelzer, Maria Hermes – Schuurmans, Corrie Kooijman, Peter van Loon, Frans van den Akker, Carla Voeten, Annelies Govers, Gerrie Wijdeven - van Tilburg

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

We nemen afscheid van: (opzeggingen)

Dhr. J.F. van Oort, Elly Godding, Wim Dolleweerd, Mart Kievits

We danken hun voor hun betrokkenheid.

In de afgelopen periode zijn ons overleden door overlijden:

Wim Bloks, Jos Vos, Heleen Savelkoels - van Engelen, Piet van Vugt, Denny van Vugt- Lamers

Wij wensen de nabestaanden veel sterkte toe om het verdriet en gemis te kunnen dragen.

Van veel leden hebben we alleen de gegevens voor zover ze bekend waren bij aanmelding. Inmiddels hebben veel leden een mobiel telefoonnummer of is hun email-adres veranderd nadat ze een andere internetprovider kregen. Het is van belang om dit soort wijzigingen door te geven om optimaal bereikbaar te blijven.

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

**** Bestuursagenda**

4 sept	Vrijwilligersavond gemeente
17 sept	Bestuursvergadering
30 sept	inspiratieavond voorzorgcirkels



Bingo

De vakanties zitten er weer op en we gaan weer starten met onze bingo middag met mooie prijzen in De Pas (Missezaal) op 28 september.

Inloop vanaf 13.30 uur, aanvang 14.00 uur. Iedereen is van harte welkom. Leden van Senioren Heesch betalen € 6,00, introducees € 8,50.

Consumpties zijn voor eigen rekening.



FIETSPLEZIER
Michel vd Wetering

't Dorp 22€
HEESCH
0412 451523



DÉ FIETSWINKEL VOOR AL JE FIETSPLEZIER!

www.fietsplezierheesch.nl

 FIETSPLEZIER-Michel-van-de-WETERING  fietsplezier_HEESCH

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. 06-83 39 84 57

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.

Ondersteuning en praktische hulp en adviezen

Ouderenadviseurs van ONS welzijn

Martien Smits: 0412-452028
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)

INLEVEREN KOPIJ INFO 10 - OKTOBER 2025

UITERLIJK DONDERDAG 10 SEPTEMBER 2025

E-MAIL: 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