



www.senioren-moergestel.nl

Secretariaat:

e-mail: secretaris.svm@outlook.com
p/a De Roozendries 4, 5066 VP Moergestel
tel.: 06 51072945

Redactie nieuwsbrief:

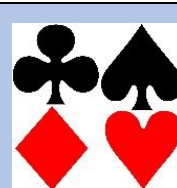
e-mail: redactieb.svm@outlook.com
tel.: 06-49077746

Uiterste inleverdatum voor **Nieuwsbrief 5**
van mei is vrijdag 22 april via
redactieb.svm@outlook.com

Van de voorzitter



De warmte van de zon van de afgelopen weken laat de natuur weer ontluiken en de lentekriebels door de lichamen stromen. Tegelijkertijd zijn we ook goeddeels van de coronapandemie verlost. Redenen genoeg om opgewekt de zomer tegemoet te gaan en om vrij en onbekommerd te genieten van al het moois wat het leven biedt. Hoewel.....Mijn gedachten gaan ook uit naar de creperende bevolking van Oekraïne en het reële gevaar wat dreigt vanuit Rusland. Omstandigheden die een schaduw van onmacht en onzekerheid werpen over de onschuld van miljoenen mensen. Laten we beseffen dat vrijheid en geluk niet vanzelfsprekend zijn en dat we dit dagelijks moeten waarderen en koesteren.



INFO OVER DE ACTIVITEITEN VAN SVM

Deze keer weinig nieuws over de activiteiten van SVM. Alle reguliere wekelijkse activiteiten lopen weer normaal op dit moment, zonder enige beperkingen.

Dus als je interesse hebt om deel te nemen aan een activiteit neem dan contact op met de contactpersoon van de activiteit of met mij. Informatie en de contactpersonen van deze activiteiten kunt u vinden in ons jaarboekje van 2022 (vanaf blz. 15) of kijk op de website van SVM (www.senioren-moergestel.nl) bij Informatie / Activiteiten.

U kunt natuurlijk ook een keer gewoon even langsgaan in den Boogaard en daar de activiteit bezoeken. Al onze activiteiten kunnen nog wel nieuwe deelnemers gebruiken. Ik wens u in ieder geval leuke en gezellige activiteiten toe.

Paul Roozen, coördinator activiteiten van SVM

Telefoon 013-5131651 of via e-mail: activiteiten.svm@outlook.com



Het TREFPUNT iets voor U?

“Het TREFPUNT” is een activiteit van Seniorenvereniging Moergestel – SVM.

Op dit moment zijn er een paar plaatsen voor nieuwe gasten bij het Trefpunt.

Het Trefpunt is een activiteit voor senioren uit Moergestel om elkaar te ontmoeten in den Boogaard in een kleine zaal. U hebt geen indicatie. U bent dus niet zorgafhankelijk. In ons dorp wonen veel (alleenstaande) senioren die steeds langer thuis blijven wonen. Maar het is goed en nodig om contact te houden en actief te blijven. Daaraan levert het Trefpunt een bijdrage. U bent een paar uur uit uw eigen omgeving en hebt contact met leeftijdgenoten. In het Trefpunt zijn vrijwilligers als begeleider / gastvrouw aanwezig tijdens uw aanwezigheid. U krijgt een gesprek met een begeleider van het Trefpunt voordat u gaat deelnemen. Dit om wederzijds kennis te maken en helder te hebben wat het precies inhoudt. Het Trefpunt zorgt wekelijks voor een activiteit met de gasten van het Trefpunt. U mag gerust een keer kennis komen maken met het Trefpunt om te ervaren hoe het is. Aan deelname aan het Trefpunt zijn geen kosten verbonden.

Het TREFPUNT is wekelijks op dinsdag- en vrijdagmiddag van 14.00 tot 16.30 uur.

Hebt u belangstelling voor het Trefpunt, laat het ons weten. U kunt zelf uw vervoer van en naar het Trefpunt regelen. Mocht er een vervoersprobleem zijn, dan zorgen we voor een oplossing via het vrijwilligersvervoer WVO, WIJ-vervoer Moergestel.

*In den Boogaard liggen flyers met uitgebreidere informatie over het Trefpunt en tevens vindt u die op de website van SVM. **Voor nadere informatie als gast kunt u contact***

opnemen met: Erna van Assouw, tel. 013-5133465 / 06-12761119

Thea Traa, tel. 06-51402968 of Jan Geerts, tel. 013-5131833 (coördinator).

WMO-cliëntenondersteuning

Wilt u advies of hebt u ondersteuning nodig bij een aanvraag m.b.t. zorg, vervoer, de WMO, de WLZ en meer. We zijn er voor u.

Neem contact op met de cliëntondersteuner van SVM: Jan Geerts, tel. 013-5131833 of mail naar jan-ine.geerts@hetnet.nl Als u belt en ik ben er niet, spreek dan uw naam en telefoonnummer duidelijk in, zodat ik terug kan bellen, of bel later gerust nog eens. Ik neem snel contact met u op. U kunt blijvend op advies en ondersteuning rekenen, zeker als uw omstandigheden veranderen.



WIJ-vervoer in Moergestel

We verwelkomen graag nieuwe chauffeurs!



WIJ-vervoer is weer actief na het versoepelen van de maatregelen. Het aantal chauffeurs dat voor het vervoer zorgt, is momenteel nog beperkt. De chauffeurs dragen soms nog een **mondkapje** en u als passagier draagt ook een mondkapje voor ieders veiligheid, als de chauffeur daarom vraagt. **Hebt u vervoer nodig: bel de coördinator die voor u het vervoer regelt 06-34038895.** Voor nadere informatie: neem contact op met de coördinator van buurtgenoten: Piet Gelden, 013-5131609, e-mail: pgelden@home.nl **Laat hem ook weten, als u als chauffeur beschikbaar wilt zijn. U bent zeer welkom!**



Geef Elkaar de Hand Welkom op 13 april 2022

Kort voor Pasen bent u weer welkom en wel op **woensdag 13 april van 13.30 uur tot 16.00 uur in den Boogaard**. We maken deze middag een paasstukje. Graag, in verband met de voorbereiding van de middag, een week van tevoren aanmelden.

Voor informatie en aanmelding kunt u bellen naar een van de volgende **contactadressen: Anny van Heeswijk, tel. 06-40130234; Corry de Jong, tel. 06-30197067; Jacqueline Vis, tel. 06-52104251.**

De volgende bijeenkomst van Geef Elkaar de Hand is op woensdag 18 mei. We gaan dan samen met SVM naar de H. Eik. De informatie daarover komt in de volgende Nieuwsbrief. En daarna hebben we een extra bijeenkomst van Geef Elkaar de Hand op woensdag 1 juni in den Boogaard in het kader van de 'Weer samen week'. Informatie volgt ook hiervan. En daarna weer een gewone bijeenkomst op woensdag 15 juni in den Boogaard.



Computerhulp van SVM



Hulp nodig bij vragen of problemen met uw computer, laptop, printer, tablet of smartphone/mobiel. Bel of mail en we maken een afspraak voor hulp aan huis. De kosten bedragen € 5,- per uur.

Voor contact bel Ad Dirx, ☎ 06-49077746 of Jan Geerts ☎ 013-5131833 of stuur een e-mail naar jan-ine.geerts@hetnet.nl en u krijgt z.s.m. antwoord; als u inspreekt, vermeld dan uw naam en telefoonnummer.

Op maandag van 10.00 tot 12.00 uur is in den Boogaard in de bieb de "Tik & Klik computertraining". U kunt zich daarvoor aanmelden. Wij ondersteunen deze training en mocht het nodig zijn dan kunt u voor vragen of hulp bij ons terecht.

De overige activiteiten van de bieb staan in de Nieuwsklok, op de website van de bieb en ook bij de bieb in den Boogaard.



Reserveer de Duofiets "Fun2Go" van SVM

De temperatuur stijgt, de natuur laat de lente al voorzichtig zien, tijd om erop uit te rijden. Maak een ritje in de omgeving met de Duofiets. Het doel van de fiets is om, als u beperkt mobiel bent, samen met een bestuurder uit uw eigen omgeving of familie of op uw vraag via de organisatie van de Duofiets een tochtje te maken. **Voor reservering belt u de coördinator van de fiets 06-47424886 en spreekt u dag en tijd af.**

Reserveer de fiets tenminste een dag voor de fietstocht en afmelden kan gewoon, als de rit om welke reden dan ook niet door kan gaan. Bij uw reservering krijgt u te horen waar u de fiets kunt afhalen en terugbrengen. De kosten voor de reservering zijn € 5,- Voor nadere informatie bel de coördinator van Buurtgenoten 013-5131609.



In samenwerking met Veilig Verkeer Nederland (VVN) organiseert SVM de workshop “Het Nieuwe Fietsen” voor senioren.

Waarom? De diversiteit van voertuigen en de drukte op het fietspad zorgen ervoor dat gebruikers alert moeten zijn op andere gebruikers van het fietspad en de weg en de verkeersregels die gelden. Het aantal verkeersslachtoffer op de fiets is stijgende en dat moet een halt worden toegevoerd.

Veilig Verkeer Nederland heeft zich daarom verdiept in fietsende senioren en in de manier waarop wij hen effectief kunnen informeren over veilig fietsen. Tijdens deze gezellige workshop gaan we met elkaar in gesprek aan de hand van foto's, filmpjes en stellingen onder leiding van een VVN-fietscoach, met o.a. de volgende onderwerpen:

- Diversiteit van voertuigen en drukte op het fietspad. Wat betekent dit voor ons gedrag op het fietspad en hoe gaan we hier veilig mee om?
- Omgaan met medeweggebruikers. Hoe reageer je op wielrenners, op pubers die in een groep bij elkaar fietsen of op vrachtwagens bij het stoplicht?
- Vitaliteit. Bij het ouder worden vinden er fysieke veranderingen plaats. Dit heeft ook invloed op de vitaliteit en verkeersdeelname. Hoe kun je daar rekening mee houden?
- Kennis van de fiets. Waar moet de fiets aan voldoen, welke ondersteunende accessoires zijn er en welke alternatieven bestaan er zodra fietsen lastiger wordt?

Deze workshop wordt gehouden op **dinsdagmiddag 17 mei, aanvang om 13.30 uur.**

De workshop duurt ca. 2,5 uur, inclusief pauze met koffie/thee, en er is plaats voor maximaal 20 deelnemers. Dus deelnemen is op volgorde van aanmelden. (De workshop gaat door bij minimaal 15 deelnemers.)

Voor SVM leden zijn er geen kosten aan deze workshop verbonden. Niet leden kunnen eventueel aansluiten als er nog plaats over is, de kosten bedragen dan € 10,00 pp. Dus meldt u zich alleen aan als u zeker weet dat u kunt komen!

Aanmelden **vóór 25 april** via de aanmeldstrook (op pag. 8 in deze Nieuwsbrief) of via een e-mail aan: activiteiten.svm@outlook.com In de e-mail graag uw naam en adres doorgeven.

Paul Roozen, coördinator activiteiten van SVM
Telefoon 013-5131651

SVM Vitaliteitsdag Senioren 50+ zaterdag 30 april



Een gezonde geest in een gezond lichaam

Hoe is uw huidige leefstijl- en gezondheidsstatus? Wilt u wat meer inzicht in uw voeding, uw beweging of sociaal netwerk? Kom dan op **zaterdag 30 april** naar Stokeind 11 waar SVM met sportschool Il Cuore en Natuurlijk Gezond een zogenaamde Vitaliteitsdag organiseert.

Wat kunt u verwachten?

- * Metingen van uw bloeddruk, knijpkracht, gewicht, balans, spier en botmassa.
- * Testen van uw ogen en oren door een deskundige opticien en audicien.
- * Lezingen en persoonlijke adviezen over gezonde voeding en lifestyle.
- * Proeflesjes yoga en e-Gym (makkelijke kleding aanbevolen !)
- * Conditie- en mobiliteitstest (makkelijke kleding aanbevolen !)
- * Gezonde hapjes
- * Een gezellige en ontspannen ontmoeting onder elkaar

Alle activiteiten zijn vrijblijvend, worden professioneel begeleid en zijn geheel **GRATIS!**

U kunt binnenlopen vanaf 9.00 uur bij sportschool Il Cuore, Stokeind 11 in Moergestel

Seniorenvereniging
Moergestel 50+
behartigt uw belangen



**NATUURLIJK
GEZOND**
Heel Oisterwijk in Beweging

Op **woensdag 1 juni 2022** organiseert SVM een busreis naar de Floriade.

Floriade Expo 2022 is een wereldtuinbouwtentoonstelling die slechts één keer in de 10 jaar in Nederland wordt gehouden, ditmaal op een prachtige locatie in Almere.

Geniet van de geur en kleur van bloemen, planten, groenten en fruit. Duik in het thema "Growing Green Cities" en maak kennis met ontwikkelingen op het gebied van groen, voedsel, gezondheid en energie.

Op de Expo kun je meer dan 40 landenpaviljoens bezoeken, waar landen hun cultuur en lokale innovaties laten zien. De Nationale deelnemers uit de tuinbouw kunnen niet wachten om uw zintuigen te prikkelen met verse groenten, fruit en prachtige bloemen. Met prachtige tuinen als ware het kunstwerken. Ontdek rozen in de stad van de toekomst. Een knapperige krekkel als snack, ontdek alles over deze eiwitbron.

Bij diverse restaurants kunt u genieten van gezonde snacks en maaltijden.

En wat dacht u van een rit met de kabelbaan en bewonder de Floriade van bovenaf.

De reissom voor deze dagtocht bedraagt **€ 76,50 p.p.** Deze prijs is inclusief de entree van de Floriade, een enkele rit per kabelbaan, een diner op de terugreis en het vervoer per luxe touringcar. De consumpties bij het diner komen voor eigen rekening

Vertrek op 1 juni om 08.15 uur vanaf het St. Jansplein te Moergestel (aanwezig om 08.00 u) Na een reis van ongeveer 2 uur arriveren we in Almere. Daarna heeft u voldoende tijd om op eigen tempo en naar eigen interesse de Floriade te bewandelen.

Rond 16.30 uur zal de bus weer vertrekken richting de locatie waar we het diner gebruiken. We verwachten tegen 21.00 uur weer terug te zijn in Moergestel.

Wilt u op een comfortabele en ontspannen manier de Floriade bezoeken, meldt u zich dan aan door invulling van de aanmeldstrook óf via e-mail s.j.vanroessel@gmail.com onder vermelding van uw naam, adres en eventuele dieetwensen.

Graag **aanmelden vóór zaterdag 23 april a.s.** Wacht niet te lang, want vol is vol!

U bent definitief ingeschreven na overmaking van € 76,50 per persoon op bankrekeningnummer NL38 RABO 0134 5322 60 t.n.v. Penningmeester SVM Moergestel met vermelding van "busreis Floriade 01-06-2022"

Alle deelnemers alvast een fijne dag toegewenst.

Vriendelijke groet, Jeanne van Roessel namens SVM. Meer info: tel. 06-49006101

Aanmeldstrookje **BUSDAGREIS SVM op woensdag 1 juni 2022**

Naam	
Adres	
PC +Woonplaats	
Telefoon	
Dieetwensen	
E-mailadres	

Inleveren vóór zaterdag 23 april 2022 in de brievenbus op Schoolstraat 33, Moergestel.



alzheimer
café
oisterwijk-
moergestel

dinsdag 19 april 2022 Thema : Omgaan met dementie

Gast spreker: Rianne Pijnenburg, dementie consulent

Omgaan met dementie, hoe doe je dat als naaste of mantelzorgers? Aan bod komt o.a. welke gedragsveranderingen er bij mensen met dementie voor kunnen komen. Hoe kun je hiermee omgaan? En waar moet je rekening mee houden.....

Ontmoetingscentrum De Coppele, Prunusstraat 69 Oisterwijk. Toegang is gratis, inloop v.a. 19.30 uur, afsluiting 22.00 uur



Samen uiteten met SVM op 21 april bij Epi



Gezellig weer samen uiteten. Op **donderdag 21 april** om 18.00 uur kunnen jullie terecht bij "Epi" Oisterwijkseweg 9. U betaalt voor het menu **€ 15,00 p.p. exclusief drankjes**. U rekent zelf ter plaatste af. Aanmelden kan **t/m 20 april** door te bellen naar ☎013-5132465 onder opgave van naam en telefoonnummer. Geef ook, indien nodig, uw dieetwensen door. Als u bij nader inzien niet kunt, meld u dan zo snel mogelijk af. **Doe dat echt!**



in Den Boogaard

Donderdagmiddag 21 april houden we weer onze gezellige maandelijkse bingo om 14.00 uur in Den Boogaard. Wij kijken er alweer naar uit en gaan er samen met u een gezellige bingomiddag van maken. Het kopje koffie/thee wordt u bij aanvang door ons uiteraard aangeboden. Er worden 6 ronden gespeeld. Voor een halve kaart betaalt u 4 euro en een hele kaart 8 euro. Wij zorgen weer voor leuke prijzen. Dus zorg dat u er ook bij bent. En..... in tegenstelling tot andere jaren hebben we in mei nog een extra bingomiddag. Dat doen we, omdat er het laatste jaar zo veel bingo's zijn komen te vervallen. Houd onze publicatie in deze Nieuwsbrief en Moergestel Nieuws dus goed in de gaten!


De leukste beurs voor de 50 Plussers in Brabant!

De 19^{de} editie van de Senioren Expo die van 10 t/m 15 mei in NH Conference Centre Koningshof te Veldhoven gehouden zou worden **gaat NIET door**. Er zijn te weinig standhouders die zich hebben ingeschreven.

	<p>Seniorenorkest “de Meierij” een bekend regionaal muziekgezelschap treedt voor het eerst sinds 2019 weer op met een gevarieerd programma: van Aladdin en Charleston, tot The Sound of Music , Abba Gold en Andrie Rieu. De opbrengst gaat volledig naar de humanitaire hulpverlening in Oekraïne. Kaarten via www.seniorenorkestdemeierij.nl</p>
---	---

Mantelzorgcompliment voor jou?

Ondersteun jij wekelijks je partner, familielid, vriend, buur of kennis in onze gemeente? Help jij je zieke familielid met boodschappen, aankleden en koken? Zorg jij ervoor dat je zieke moeder ook regelmatig buiten komt? Regel jij dagelijkse zaken of administratie voor je naasten? Doe je dit al langer dan 3 maanden en gemiddeld ongeveer 8 uur per week? Grote kans dat je mantelzorger bent en hiervoor een waardering verdient van de gemeente. Het compliment bestaat uit 3 lokale cadeaubonnen met een totale waarde van € 50,- te besteden bij lokale winkeliers en restaurants. Mantelzorgers melden zich voor het compliment bij een vrijwilliger van Buurtgenoten (de namen en adressen staan in het Jaarboekje van SVM). Voor meer informatie kun je contact opnemen met Petra Verheijen (013 5132351 of e-mail: p.verheijen@ziggo.nl). Je kunt er ook voor kiezen om de bonnen op te halen in de Tiliander in Oisterwijk. Dat kan elke dinsdagochtend tussen 10.00 en 11.30 u. Neem legitimatie mee. Deze actie loopt van 15 maart tot en met 15 juni. Let op: dit is korter dan vorig jaar.

<p>Seniorenvereniging Moergestel 50+ behartigt uw belangen</p> 	<p>Aanmelding workshop “Het Nieuwe Fietsen” op 17 mei om 13.30 uur</p>
<p>Naam</p>	
<p>Adres</p>	
<p>PC en woonplaats</p>	
<p>Telefoon</p>	
<p>E-mail</p>	

De strook inleveren **vóór 25 april** bij: Paul Roozen, Raadhuisstraat 17H, Moergestel.