



www.seniorenmoergestel.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 7/8**
van juli/augustus is donderdag 23 juni via
redactieb.svm@outlook.com

Van de voorzitter



De zomer komt er aan en de kriebels in ons lijf prikkelen de geest om plannen te maken, er op uit te trekken en dingen te ondernemen. Gelukkig kan dit weer in alle onbekommerdheid nu de Corona voorlopig achter de rug lijkt. En hoewel er in de samenleving allerlei 'beren' op de weg liggen die uw vrije gevoel misschien zorgelijk kunnen beïnvloeden, gun ik u even de ontspanning en het genot van de zomerse omstandigheden: een heerlijke fiets- of wandeltocht in de natuur, een verfrissende drank op een gezellig terras, een nieuwsgierig bezoek aan een culturele stad of een luie zit in de eigen bloementuin met een spannend boek of een rustig muziekje. Geniet ervan!



INFO OVER DE ACTIVITEITEN VAN SVM

Diverse reguliere activiteiten zullen de komende maand stoppen om na de zomerstop in september weer te beginnen. Er zijn echter ook activiteiten die gewoon doorlopen in de zomerperiode.

Wilt u weten wanneer een activiteit weer begint of informatie over een activiteit?

U kunt dit informeren bij de contactpersonen van de activiteiten of bij ondergetekende.

Meer informatie kunt u ook vinden in ons jaarboekje van 2022 (vanaf blz. 15) of kijk op de website van SVM (www.senioren-moergestel.nl) bij Informatie / Activiteiten.

Ik wens u in ieder geval een fijne zomervakantie toe.

Paul Roozen, coördinator activiteiten van SVM

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

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 blijft actief. Het aantal chauffeurs dat voor het vervoer zorgt, is momenteel beperkt. **Hebt u vervoer nodig: bel de coördinator die voor u het vervoer regelt 06-34038895.** Bel niet de chauffeur, maar de coördinator als u vervoer nodig hebt. 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
Deelname aan de Weer Samen Week op donderdag 2 juni.
Gewone bijeenkomst op woensdag 15 juni

De extra bijeenkomst van Geef Elkaar de Hand, zoals in de vorige Nieuwsbrief vermeld, is op donderdag 2 juni in den Boogaard op de gewone tijd 13.30 – 16.00 uur in het kader van de “Weer Samen Week”.

De eerstvolgende gewone bijeenkomst van Geef Elkaar de Hand is dan al op woensdag 15 juni om 13.30 uur in den Boogaard.

Voor informatie en aanmelding voor deze bijeenkomsten 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.**



Reserveer de Duofiets “Fun2Go” van SVM

Het is prachtig weer de laatste tijd: tijd om erop uit te rijden 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.

Alzheimer café Oisterwijk - Moergestel

Het volgende Alzheimer Café Oisterwijk-Moergestel zal worden gehouden op **dinsdag 21 juni**.

Thema : Juridische aspecten rondom dementie

Als gastsprekers zullen aanwezig zijn *mr. H.G.N. Slegt- Moens, kandidaat-notaris, en mr. C.C. Smals, kandidaat-notaris* van De Hair Vrijdag notarissen & adviseurs. Een aantal juridische aspecten zoals mentorschap, bewindsvoering, levenstestament en wilsbekwaamheid zullen dan aan de orde komen. Het Alzheimer Café is een ontmoetingsplaats voor mensen met dementie, jong en oud, voor familieleden, vrienden, hulp en dienstverleners en andere belangstellenden.

Informatie: Jeanne Verberk (coördinator) Tel: 013-5284571

E-mail j.verberk@alzheimerwilligers.nl

Locatie: Ontmoetingscentrum De Coppele, Prunusstraat 69, 5061 AS Oisterwijk.

Toegang is gratis, inloop v.a. 19.30 uur, afsluiting 22.00 uur.



Uiteten met SVM op 16 juni in den Boogaard



Gezellig weer samen uiteten in eigen huis. Op **donderdag 16 juni om 17.30 uur** kunnen jullie terecht in den Boogaard. Kok Rogier van Elderen (zoon van Riet en Nico van Elderen) is graag bereid exclusief voor de leden van de SVM een driegangen diner samen te stellen in de foyer. U betaalt hiervoor **€25,- p.p. exclusief drankjes**. U rekent zelf ter plaatste af. Aanmelden kan tot uiterlijk 10 juni door uw naam op te geven aan de bar van den Boogaard. Geef ook door welk hoofdgerecht u wenst en indien nodig uw dieetbeperkingen. Als u bij nader inzien niet kunt, meld u dan zo snel mogelijk af. **Doe dat echt!**

Het menu:

Voorgerecht: Licht gebonden aspergesoep, brood en boter

Hoofdgerecht: Zalmfilet met witte wijnsaus, verse groenten, frietjes, salade, mayonaise **of**
Runder-diamanthaas met rode wijnsaus, verse groenten, frietjes, salade,
mayonaise

Nagerecht: Aardbeiendessert



Verkeersopfriscursus ouderen

Dit jaar hebben wij als Veilig Verkeer Nederland (afdeling gemeente Oisterwijk) toestemming gekregen om de verkeerskennis op te frissen voor de ouderen (50+) onder ons.

Graag willen we spoedig beginnen met het plannen van deze cursussen. Deze cursussen zullen 3 maal gegeven worden en alle cursussen zullen 3 dagdelen bevatten van elk 120 minuten in de komende maanden september en oktober. Een aanmelding volgt in de volgende nieuwsbrief.

Verslag Workshop “Het Nieuwe Fietsen”

Op dinsdagmiddag 17 mei heeft Veilig Verkeer Nederland bij SVM de workshop Het Nieuwe Fietsen gegeven. Aan een leuke kleine groep is deze middag informatie gegeven. Deze middag begon met het opfrissen van wat verkeersregels die voor het fietsen op de openbare weg van belang zijn en ook van welk weggedeelte men met de fiets (en ook andere voertuigen) gebruik mag/moet maken.

Hoe ga je om met je medeweggebruikers, hoe reageer je op een groep fietsers (wielrenners) en hoe rij je zelf veilig in een groep. Houd rekening met de “dode hoek” bij vrachtwagens en wacht beter even af tot de vrachtwagen de afslag heeft genomen.

Vitaliteit: de invloed van het ouder worden op het fietsen. Je reactiesnelheid en evenwicht wordt wat minder, anticipeer op tijd, kijk vooruit, en let op obstakels op de weg.

Welke invloed heeft het gebruik van medicijnen op je reactievermogen.

Denk aan de snelheid met je e-bike, je rijdt al gauw sneller dan je denkt, dus is je remweg ook langer. Zet je e-bike bij het afstappen in de eco-stand en schakel een versnelling terug, zodat je bij het opstappen makkelijk kunt weggrijden en niet gelanceerd wordt.

Tot slot zijn er nog enkele tips gegeven, zoals het dragen van een helm, het gebruik van een achteruitkijkspiegel en het kiezen voor een fiets met een lage instap.

Al bij al een zeer geslaagde en nuttige middag, waarbij de aanwezige leden van SVM weer volledig op de hoogte zijn van Het Nieuwe Fietsen.

