



# Nieuwsbrief

Nummer 5 - 2014



SeniorenVereniging Rijen

Nassaulaan 62-64, 5121 BC Rijen

Telefoon 0161 22 71 97

info@sv-rijen.nl, www.sv-rijen.nl

## Speciale activiteiten

Dinsdag 13 mei, **dagtocht Museum Plus Bus naar Rotterdam**, 9.30 uur vertrek bij de Oase

Dinsdag 13 mei, **Kunstkring naar Dordrecht**, 11.00 uur verzamelen bij VVV Dordrecht

Vrijdag 16 mei, **Informatieochtend Home of Good Hope**, 10.00 uur, de Oase

Dinsdag 20 mei, **bingo**, 14.00 uur, de Oase

Donderdag 22 mei, **Wandeltocht per scootmobiel**, 10.00 uur verzamelen bij de Leemput

Vrijdag 6 juni, **fietstocht Hilvarenbeek**, 9.00 uur vertrek bij de Oase

Dinsdag 1 juli, **bingo**, 14.00 uur, de Oase

Dinsdag 15 juli, **start zomeractiviteiten**

## Henny van den Udenhout kandidaat bestuurslid

Henny van den Udenhout is kandidaat opvolger van Henk Bink in het bestuur. Het bestuur zal zijn kandidatuur voorleggen aan de leden op de volgende algemene ledenvergadering. Veel SVR-leden kennen Henny als actief bridger en biljarter in de vereniging. Praktisch gesproken zal Henny de taken van Henk vanaf nu langzaam overnemen. In elk geval tot de zomervakantie blijft Henk nog meedraaien. Maar de activiteitengroepen zullen zijn opvolger de komende tijd dus beslist gaan ontmoeten.



*Henny van den Udenhout, opvolger van Henk Bink.*

## Bingo 20 mei

Op 20 mei begint om 14.00 uur in de Oase weer een bingomiddag. De bingomiddagen zijn altijd gezellig. En alle vijfenvijftigplussers zijn welkom. Iedereen kan zo binnenlopen. Dus hebt u vrienden of vriendinnen die (nog) geen lid zijn van SV-Rijen, nodig ze gerust eens uit om de sfeer te proeven en mee te doen. De eerste bingokaart kost € 3.50 inclusief koffie of thee, de volgende kaarten zijn € 3,00.

## Wandeltocht per scootmobiel

Op verzoek van enkele leden wordt er - op donderdag 22 mei - een tocht georganiseerd voor scootmobielen in de bossen van Boswachterij Dorst. Er zijn voldoende harde wegen voor een interessante route voor

## Sluiting Oase

Op donderdag 29 mei (Hemelvaart) en vrijdag 30 mei is de Oase gesloten.

## Home of good Hope

De informatieochtend van Home of Good Hope op 16 mei (aanvang 10.00 uur) in de Oase is een mooie gelegenheid om een kijkje te nemen in de 'keuken van Monica'. Velen kennen hem als de 'soepkeuken', maar hij omvat inmiddels heel wat meer. De vrijwilligersorganisatie Home of Good Hope is actief in Namibië en wil daar vooral het lot van kinderen verbeteren. De Rijenaren Maria van der Wal en Jeanne Teunissen vertellen er alles over. U kunt erop vertrouwen dat het een boeiende ochtend wordt.

## Verbouwing

De verbouwing van de Oase vordert gestaag. Kom gerust eens binnenlopen om te zien hoe ver alles al gevorderd is. De nieuwe wanden staan er al. Maar de installaties en de afwerking zullen natuurlijk nog wel de nodige tijd vragen.

scootmobieliërs. Twee gidsen, Frans Jonkers en Willem Post gaan deze route verzorgen. De maand mei is bij uitstek een maand om te genieten in de bossen. Niet alleen van de meerkoeten en vogels, maar zeker ook van de bomen en de planten. Want die zijn er heel veel en de gidsen zullen daar over vertellen. Maximaal kunnen 10 personen deelnemen. We verzamelen om 10.00 uur bij de Leemput waar eerst koffie/thee gedronken kan worden. Daarna start de route en rond 12.00 uur zijn we weer terug bij de Leemput. Mocht het slecht weer zijn, dan wordt de tocht uitgesteld naar 5 juni. Wilt u mee met deze speciale 'wandeling'? Schrijf u dan in in de Oase. Dat kan ook telefonisch. Het telefoonnummer is 0161 22 71 97.

## Nordic walking gaat van start!

Tien personen waren er op de informatiebijeenkomst over het nordic walken. Daarmee is het startsein gegeven voor de oprichting van een activiteitengroep nordic walking. Instructeur Christ Maas is met nordic walken begonnen omdat het een sport is die je lang kunt blijven beoefenen. Als je, bij voorbeeld als gevolg van artrose, niet meer kunt hardlopen, kun je nog heel goed 'nordikken'. Het is een manier van bewegen waarbij je bijna alle spieren gebruikt, maar je krachten zo verdeelt dat ze niet worden overbelast. Het nordic walken vindt plaats op de woensdagochtend. Start 9.30 uur, altijd bij de Oase. De eerste keren zal Christ vooral aandacht besteden aan de techniek. De cursisten hoeven daarvoor nog geen stokken aan te schaffen: daar zorgt hij voor. Speciale kleding of schoenen zijn ook niet nodig: gewoon kleding en schoenen waarin je comfortabel kunt bewegen. Ook mensen die niet aanwezig waren op de informatieochtend kunnen aansluiten. Ze moeten zich wel tevoren bij hem aanmelden: telefoonnummer 22 69 79. Let op: 14 mei wordt er niet gelopen. Christ heeft dan vakantie.



*Christ geeft uitleg over de stokken voor het nordic walken*

## Fietstocht 6 juni

Op vrijdag 6 juni organiseert de Activiteitencommissie een fietstocht met excursie naar museum 'De Dorpsdokter' in Hilvarenbeek. Heen is een noordelijke fietsroute uitgezet, met een koffiestop bij café Zomerlust. In



## Wandelen en fietsen

Wandelen en fietsen: het is het hele jaar door gezond, maar in de zomer nog extra leuk, vanwege de mooie natuur en het (meestal) betere weer. De vaste wandelgroep gaat elke maandagmorgen op pad vanaf de Oase om 9.30 uur. De fietsgroep fietst op vrijdagmorgen en vertrekt ook bij de Oase om 9.30 uur. Meer weten? Kijk op de website onder Activiteitengroepen.



*Museum De Dorpsdokter wordt bezocht tijdens de fietstocht van 6 juni.*

## Rijbewijskeuring

Mevr. Hoogmoed, Nieuwe Dreef 39, Ulvenhout. Keuring na telefonische afspraak. Tel. 076 561 28 88. Kosten: € 30,00

Hilvarenbeek wordt het museum bezocht en daar is tevens de lunchpauze. Het museum heeft een collectie instrumenten en artikelen van een Brabantse plattelandsdokter die gebruikt zijn van begin 1800 tot 1945. Het museum geeft een goede indruk van de 'medische stand' in deze jaren: de praktijk van het aderlaten, van knijpen en wrijven, het komt allemaal aan bod. Ook wordt er aandacht besteed aan de apotheker, de tandarts, de fysiotherapeut en de wijkverpleegster in die jaren. Bij het museum is een heemtuin met een grote collectie medicinale en andere planten. De (meegebrachte) lunch kan in de tuin worden genuttigd of binnen, in het museum. In het museum krijgt u koffie of thee. De terugweg naar Rijen gaat via een zuidelijke route. Halverwege de terugweg is een pauze voorzien op het terras van 't Luikske in Riel. Daar kan de dorst worden gelest en kan worden gerust. Het belooft een sportieve en interessante dag te worden. De totale fietsafstand (heen en terug samen) bedraagt ongeveer 60 kilometer. De start is bij de Oase, om 9.00 uur. De verwachte terugkomsttijd ligt rond de klok van vijven. Zin om mee te gaan? U kunt zich inschrijven en betalen bij de gastvrouwen in de Oase. De kosten bedragen € 6,00. Ook leden die een fiets hebben met trapondersteuning kunnen mee met deze tocht.

## Koersbaltoernooi Gilze

Wekelijks, op de donderdagmiddag, wordt er in de Oase gekoersbald. Daarnaast vinden regelmatig uitwisselingen plaats met koersbalgroepen uit de omgeving. Zo had koersbalclub De Curve van KBO Gilze laatst een toernooi georganiseerd ter gelegenheid van haar 15-jarig bestaan. Molenschot en Rijen waren er als 'gastgroepen' uitgenodigd. Het was een gezellige bijeenkomst met niet alleen ruimte voor sportief spel, maar ook voor een hapje en een drankje. Om het gezelligheidsaspect te benadrukken waren er geen prijzen. De voorzitters van de koersbalgroepen die te gast waren kregen wel een herinneringspenning uitgereikt, uit handen van Joop de Jonge, voorzitter van De Curve (zie foto hieronder). Kom op donderdagmiddag eens vrijblijvend kijken bij het koersballen in de Oase. Wie weet is het ook iets voor u! Vanaf 13.30 uur bent u welkom: het verplicht tot niets. Meer informatie bij Wim van Eijl, telefoon 0161 22 45 10.



### Seniorenadviseurs

Voor vragen op het gebied van inkomen, welzijn en dergelijke kunt u contact opnemen met een van onze seniorenadviseurs. Ook voor hulp bij uw administratie of het invullen van het belastingformulier. Tini van der Velden: 0161 22 74 93 van 19.00 - 21.00 uur. Astrid Boelhauer: 0161 22 70 61. Henny Selbach (thuisadministratie en Wmo): 06 23 50 28 04.

### Computeradvies

Elke vrijdagmiddag vanaf 14.00 uur houden de computerdeskundigen van SV-Rijen spreekuur in de Oase. Leden kunnen dan vrij binnenlopen voor advies.

### Colofon

*Deze Nieuwsbrief is (in kleur) ook te vinden op [www.sv-rijen.nl](http://www.sv-rijen.nl)  
Kopij en foto's kunt u mailen naar Maria Beesems [svrbee@xs4all.nl](mailto:svrbee@xs4all.nl)  
Adreswijzigingen kunt u doorgeven in de Oase, mailen naar [ledenadministratie@sv-rijen.nl](mailto:ledenadministratie@sv-rijen.nl), of per post sturen naar SV-Rijen, Nassaulaan 62-64, 5121 BC Rijen.*

### Zomeractiviteiten

Bij deze nieuwsbrief ontvangt u het informatieboekje over de zomeractiviteiten. Evenals voorgaande jaren heeft een werkgroep van het Seniorenplatform weer een gevarieerd programma samengesteld. U heeft de keus uit 16 activiteiten. En u hoeft niet te kiezen, want u kunt zich voor meer dan één activiteit inschrijven. Een bezoek aan Omroep Brabant? Aan de stichting Assistenthond? Of aan de Amercentrale? Het zijn zomaar wat voorbeelden? Het is beslist de moeite om het boekje door te lezen: er zit vast iets voor u bij!

### Telefooncirkel

De Hulpcentrale Rijen-Molenschot verzorgt voor alleenstaande senioren een (gratis) telefooncirkel. Als je alleen woont en er gebeurt iets waardoor je niet in staat bent zelf hulp te zoeken kan dat tot gevaarlijke situaties leiden. Bij voorbeeld als je valt, iets breekt en niet meer bij de telefoon kunt komen. De 'telefooncirkel' is er om dat te voorkomen. De cirkel bestaat uit een vaste groep senioren. Als u daar deel van uitmaakt krijgt u dagelijks een telefoontje van iemand uit de groep die checkt of alles bij u in orde is. Zelf belt u ook elke dag iemand uit de groep. Dat gebeurt volgens een afgesproken schema, zodat iedereen elke dag aan de beurt komt. Neemt iemand de telefoon niet op dan wordt dat gemeld aan de Hulpcentrale, die vervolgens contact opneemt met een familielid van de betrokkene of met iemand die in de buurt woont en die kan gaan kijken of er echt iets aan de hand is. De telefooncirkel maakt dat mensen zich veiliger voelen. De dagelijkse telefoongesprekjes worden bovendien gewaardeerd omdat het tot prettige contacten leidt. De deelnemers komen elk jaar bij elkaar om bij te praten onder het genot van een kopje koffie. Om meer aan de weet te komen over de telefooncirkel kunt u contact opnemen met Hulpcentrale Rijen-Molenschot, telefoon 0161 22 24 00. Dat kan iedere werkdag tussen 09.30 en 11.00 uur.

### Middag voor 80-plussers

De 80-plussers kunnen weer terugkijken op een gezellige middag, met onder andere een quiz, en een mooi optreden van Dans je fit! Maar er werd door de 60 aanwezigen vooral ook heel wat 'bijgekletst'.



[www.sv-rijen.nl](http://www.sv-rijen.nl)



SeniorenVereniging Rijen

Nassaulaan 62-64, 5121 BC Rijen  
Telefoon 0161 22 71 97  
[info@sv-rijen.nl](mailto:info@sv-rijen.nl), [www.sv-rijen.nl](http://www.sv-rijen.nl)

NL19RABO 0145104923 t.n.v.  
SeniorenVereniging Rijen