

Ons Seniorennieuws

uitgave: juni/juli 2023

magazine voor senioren

Een maandelijkse uitgave van



Senioren Vereniging Waspik

Aangesloten bij



KBO-Brabant

Hazelaarstraat 8,₁ 5165 AW WASPIK

GALM

SGW SPORTVERENIGING GALM WAALWIJK

50+

Merkt u dat nou ook?

Dat alles niet meer zo gemakkelijk en vlug gaat als vroeger.

Wilt u graag fit blijven?

Blijf dan zo lang mogelijk in beweging! U bent nooit te oud om te sporten. Kom gezellig samen met ons bewegen bij SGW, Sportvereniging GALM Waalwijk.

GALM is een sportvereniging met gediplomeerde docenten, speciaal voor senioren, vanaf 50-plus. U kunt ook met ons mee doen als u een lichamelijke beperking heeft!

Wij bieden een gevarieerd lesprogramma op vaste tijden en locaties in Waalwijk en Waspik. De contributie bedraagt slechts € 35,- per kwartaal.

Twijfelt u nog?

Weet u niet zeker of GALM iets voor u is? Kom dan vrijblijvend kijken en met ons mee doen. Wij bieden 2 gratis proeflessen aan. Hierna kunt u beslissen of u lid wilt worden van GALM.

Kijk voor meer informatie en lestijden op onze website:
www.galmwaalwijk.nl

- ✓ **SAMEN BEWEGEN**
- ✓ **VOOR SENIOREN**
OOK MET EEN LICHAAMELIJKE BEPERKING
- ✓ **GEVARIIEERD LESAANBOD**
- ✓ **GEDIPLOMEERDE DOCENTEN**
- ✓ **LEUK & GEZELLIG**
- ✓ **LAGE CONTRIBUTIE**
- ✓ **IN WAALWIJK EN WASPIK**
- ✓ **2 GRATIS PROEFLESSEN**

www.galmwaalwijk.nl | sgwwaalwijk@ziggo.nl

Uw laatste zorg in goede handen...

*Marjolein
Weggen-Francke /
Leemans*

Uitvaartverzorging
06 - 14 91 09 15

Tel.: 0162 - 40 39 12 / 06 - 13 67 74 41

DE STERGROEP BV

MERCEDES-SPECIALIST



Dongen

0162-310020 www.destergroep.nl



VAN DER HEIJDEN

TWEEWIELERS

VERKOOP • ONDERHOUD • REPARATIE

www.vanderheijdentweewielers.nl

Schoolstraat 9a Waspik 0416 - 314001

Kapsalon ANITA

Hoofdstraat 30

5161 PG Sprang Capelle

0416 - 312491

Voel je écht thuis bij De Statie!

meubelprogramma Napels



15%
korting

Dé specialist in wonen,
slapen en zitten.



kortingen
tot wel
20%

Alle relaxfauteuils in maatwerk,
leverbaar in vele kleuren leder en stof

* Vraag naar de mogelijkheden

* De Statie wonen

Stationslaan 2 • Waspik • 0416 311 229 • www.destatiewonen.nl

Ons Seniorennieuws juni/juli 2023

pag. 04	Activiteiten juni, juli en augustus 2023
pag. 05	Voorwoord
pag. 06	Lief en leed
pag. 07	Feestelijke opening jubileumjaar
pag. 08-09	Jubileumtoespraak voorzitter Bert de Graauw
pag. 10	Jubileumtoespraak Frans Maas KBO Brabant
pag. 11	Koninklijke onderscheidingen
pag. 12-13	Er op uit in Waspik
pag. 14	Herhaling oproep dagtocht 30 juni en uitnodiging film
pag. 15	Kaarten in 't Schooltje
pag. 16-17	Oplossing puzzel en nieuwe puzzel
pag. 18	Sociaal Contact Waspik zoekt vrijwilligers
pag. 19-20	Gezondheid
pag. 21-25	Algemene informatie : o.a. last van ongewenste telefoontjes, openingstijden Digipunt ETZ
pag. 26	Moppentrommel
pag. 27	Tot uw dienst
pag. 28	Onze organisatie

Ons Seniorennieuws is een uitgave van Seniorenvereniging Waspik en verschijnt 10 X jaar. Oplage ca. 350. Het Seniorennieuws wordt gratis bezorgd bij de leden en relaties van de afdeling.

Redactie: Franca Hooijmaijers. Lay-Out: Franca Hooijmaijers. Redactie adres:
Vrouwkенсаvaartsestraat 12A, 5165 NP Waspik,
Tel. 0416-313312, e-mail svwfhooijmaijers@ziggo.nl

De contributie voor het lidmaatschap bedraagt € 31,00 per jaar, waarbij voor degene die automatisch betalen een korting wordt verleend van € 1,50. Rekeningnummer Rabobank: NL55RABO 0156521466. De bijdrage wordt in januari afgeschreven.

Lid worden kan vanaf de leeftijd van 50 jaar via een aanmeldingsformulier te verkrijgen bij het secretariaat. Opzeggingen van het lidmaatschap kan alleen schriftelijk voor 1 december voorafgaande aan het nieuwe verenigingsjaar dat op 1 januari begint. Ook verhuizingen en overlijden schriftelijk mede te delen aan het secretariaat.

Secretariaat: adres: Hazelaarstraat 8, 5165 AW Waspik.
Telefoon: 0416-314311

Druk: Copy&Co Waalwijk

**Kopij voor de volgende uitgave van Nieuws
graag uiterlijk 12 juli 2023 aanleveren**

Geheel of gedeeltelijk overname van artikelen en/of berichten is toegestaan, mits daarbij vermeld: Overgenomen uit Ons Seniorennieuws.

COLOFON

Activiteiten juni, juli, augustus 2023



26 mei

Met de 'trein' naar het
Klommenmuseum in Dussen
Verzamelen bij Den Bolder
om 10.15 uur
Vertrek 10.30 uur
Denk aan uw entreekaartje!

Vrijdag 30 juni
dagtocht
"Rozengeur en Paardenmelk"



Erop Uit In Waspik

Juli en augustus
Activiteiten van
Erop uit in Waspik
Zie het programma in dit
nummer van Ons Senioren-
nieuws

Voorwoord

Dit keer een weerspreuk over de leeuwerik.

*'Zingt de leeuwerik hoog In de lucht,
heerlijk weer voorspelt zijn vlucht'*

Leeuweriken kunnen fantastische geluiden maken. Ze doen dat vooral om indruk te maken op elkaar of omdat ze schrikken door een naderende passant. Dan vliegen ze allemaal op, vaak als een helikopter recht omhoog, en blijven luid fluitend hangen. Het is een hoog en vrij snel getiereliet met gevarieerde tonen en geregeld trillertjes.



Even een terugblik op enkele gebeurtenissen in de maand april:

Een fantastische opening van ons jubileumjaar met een korte officiële vergadering en daarna een heerlijke lunch en entertainment.

Dan waren er de koninklijke onderscheidingen voor enkele leden van onze vereniging.

U kunt er alles over lezen in dit nummer.

Dagtocht 30 juni.

We maken u graag attent op de dagtocht van 30 juni a.s.

Aanmelden kan nog steeds tot uiterlijk 11 juni. Het inschrijfformulier is nogmaals opgenomen in deze editie. Het belooft een zeer gezellige en interessante dag te worden met bezoek aan een paardenmelkerij en een rozentuin met informatiecentrum.

Er op uit in Waspik.

In de komende zomermaanden kunnen we ook weer ER OP UIT IN WASPIK. Er worden vele diverse activiteiten georganiseerd. Een aanmeldingsformulier treft u aan in dit nummer van Ons Seniorennieuws.

U kunt zich op woensdag 14 juni en op vrijdag 16 juni tussen 10.00 en 12.00 uur aanmelden in Den Bolder.

Belasting papieren invullen.

Een mededeling van huishoudelijke aard betreft onze vrijwilligers die de belastingpapieren invullen. Ondanks het aangekondigde aftreden van mevrouw Cissy de Bruyn, blijft zij wel beschikbaar als belastingpapieren invuller.

Het eerstvolgende nummer van Ons Seniorennieuws verschijnt eind juli.

Tot slot wensen we iedereen een mooie zomer.

Bestuur





Onlangs zijn van ons heen gegaan:

mevrouw A.M.van Broekhoven
mevrouw P.Eisenga en
de heer H. van Riel



Moge zij rusten in vrede.

Juni: Jarigen van 80 jaar en ouder

De heer M. Verschure,	01-06
Mevrouw A. van Gils-Damen,	02-06
De heer A. van Haastert,	02-06
De heer J.H. Hendriks,	06-06
Mevrouw M.J.W. van Dongen-Kuijpers,	07-06
De heer A.J.M. Smits,	14-06
De heer A.G.J. Vissers,	15-06
Mevrouw C. Smits-Kuijsters,	16-06
Mevrouw C. de Zeeuw-Heesters,	20-06
Mevrouw F. Oerlemans-van Turnhout,	24-06
De heer J. Pijnenburg,	28-06
De heer R. van Dongen,	29-06
Mevrouw H. van Buren-Visser	30-06

We feliciteren alle jarigen en wensen hen een
fijne dag toe.



Juli: Jarigen van 80 jaar en ouder

Mevrouw M.C. Vermeulen-van Leijssen,	02-07
Mevrouw J. de Glas-Zijlmans,	03-07
De heer J.P. van Beek,	06-07
De heer J.H. Frensen,	07-07
De heer M.M.J. Vissers,	8-07
Mevrouw J.P.M. van Riel-Simons,	10-07
Mevrouw J.C.T. Dumoulin-Kuijpers,	11-07
De heer J.A. Verschure,	11-07
Mevrouw C.M. Schellekens-v. Oorschot,	12-07
Mevrouw P.C.J. van der Plas-van Strien,	12-07
Mevrouw F.V. van de Pluijm-v.d. Velden	13-07
De heer A.I. Schellekens,	15-07
Mevrouw J. Dijkstra-van Laar,	18-07
De heer C.A. van Hooren,	22-07
De heer C. Metzke,	26-07
Mevrouw A.C.A. v. Weesenbeek-Timmers,	27-07
Mevrouw R.M. Wierdsma-Visser,	29-07
De heer F.P.M. Broeders,	30-07
Mevrouw A. v.d. Broek-Waarts,	31-07

Feestelijke opening jubileumjaar Senioren Vereniging Waspik.

Waspik, 21 april 2023

Vanmorgen om 08.30 uur waren de leden van de feestcommissie en andere vrijwilligers al druk in de weer om de grote zaal in Den Bolder gezellig en feestelijk te versieren. Gezellige tafeltjes, gouden ballonnen, bloemstukjes op tafel, kopjes voor de koffie/thee en voor het gebak.



Onder het genot van een kopje koffie/thee met een overheerlijk feestelijk gebakje Corné Smits opende om 11.00 uur de voorzitter, Bert de Graauw de bijeenkomst met een jubileumtoespraak. Hij verwelkomde alle aanwezigen en de speciaal genodigden, voor zover die al aanwezig waren. Enkel van hen wonen een gedeelte van deze feestelijke dag bij. In zijn toespraak kondigt de voorzitter verschillende activiteiten aan die in het kader van ons 50-jarig jubileum nog gaan plaats vinden.

Zo staat er op vrijdag 26 mei een tochtje met een 'treintje' vanuit Waspik naar Dussen gepland, waar een bezoek wordt gebracht aan het Klompenmuseum. Ook dat wordt een feestelijke dag. Over andere activiteiten kan iedereen lezen in Ons Seniorennieuws.

Na deze toespraak volgt de officiële algemene ledenvergadering. Ook dan houdt de voorzitter een korte toespraak, gevolgd door een woordje van de heer Frans Maas van KBO-Brabant. Hij biedt een smakelijk cadeau aan dat door Will Hooijmaijers in ontvangst wordt genomen: een grote doos vol heerlijke feestelijke bonbons.

Tijdens de officiële vergadering komen de 'verplichte' punten aan de orde, zoals het jaarverslag, het verslag van de activiteitencommissie, de financiële stand van zaken, benoeming van een nieuwe kascommissie. Maar wat ook belangrijk was, is het aftreden van twee bestuursleden en verkiezing van drie nieuwe bestuursleden. Half oktober wordt officieel afscheid genomen van de dames Will Hooijmaijers en Cissy de Bruin als bestuursleden.

Zoals gezegd, werden er drie nieuwe bestuursleden verwelkomd die al eerder enkele maanden als aspirant-bestuursleden 'mee draaiden' in het bestuur. Bij acclamatie werden de nieuwe bestuursleden gekozen, t.w. de dames Marian van den Berg als lid, Nelleke van Etten-van der Dussen als secretaris en Lia Willekens als penningmeester. Maar..... de Senioren Vereniging Waspik is nog wel op zoek naar aanvulling van het bestuur. Volgend jaar treedt de voorzitter af! Bert de Graauw doet tijdens de vergadering een oproep voor nog een lid. Het liefst wil hij een man er bij in het bestuur.

Op het grote scherm kon iedereen de punten van de vergadering goed volgen via een perfecte Power Point Presentatie, gemaakt door Nelleke van Etten.

Na afloop van de 'officiële' vergadering worden de aanwezigen verrast met een heerlijke lunch: soep, een broodje, sandwiches en kleine wafels. Dat laat iedereen zich goed smaken. De lunch werd verzorgd door de Waspikse ondernemers van "Bij 8". Ook de medewerkers van "Samen Top" hebben hier aan meegewerkt. Tijdens en na de lunch wordt er volop met elkaar gepraat en genieten we van het optreden van zanger/accordeonist Hans van Buul. Hij trakteert ons o.a. op oudhollandse liedjes en meezingers. Het was een gezellig en sfeervol optreden. Natuurlijk konden de leden diverse keren een consumptie bestellen.

Dan is het om 15.00 uur tijd voor het prachtige optreden van Annet Dellegno. Iedereen is onder de indruk. Annet neemt de aanwezigen mee door de seizoenen van het leven. Bij elk seizoen heeft zij toepasselijke liedjes. Bij sommige liedjes kunnen we meezingen en bij andere liedjes is het publiek diep onder de indruk van het optreden van Annet. Rond 16.00 uur komt er een einde aan deze heel feestelijke dag. Er wordt nog wat nagepraat door enkele mensen, maar de meesten gaan na deze lange dag weer huiswaarts.

De feestcommissie kan terug kijken op een bijzonder geslaagde dag. Dank aan de vrijwilligers van onze Senioren Vereniging en de vrijwilligers van Den Bolder.

Het was in één woord: FANTASTISCH!!

Jubileumtoespraak 50-jarig bestaan Senioren Vereniging Waspik/KBO Waspik.

U hebt ondertussen al kunnen genieten van een lekker kopje koffie of thee met een echt Waspiks gebakje, maar toch wil ik jullie nog graag heel hartelijk welkom heten bij de opening van ons jubileumjaar. Een paar kleine organisatorische vraagjes vooraf aan jullie. Ten eerste: Wij zouden graag foto's willen maken ter herinnering aan deze leuke dag. Mogelijk willen we de foto's delen met u en de anderen. Wellicht ook willen we een aantal van deze foto's plaatsen op onze website, op sociale media, in Ons Seniorennieuws of voor andere doeleinden gebruiken. Hebt u bezwaar tegen het maken van foto's van u? Dan kunt u dit melden bij het bestuur. Dan houden we uiteraard rekening met uw wens om niet te worden gefotografeerd.



Verder een bijzonder woord van welkom aan al onze genodigden. We hadden graag al onze genodigden de gehele dag in ons midden gehad maar de meesten hebben dermate drukke werkzaamheden dat zij slechts één dagdeel aanwezig kunnen zijn. Ik noem met name. dhr. Frans Maas, van KBO Brabant. Jammer genoeg moest Mevr. Elly Teune van Kbo Brabant zich op het laatste moment afmelden. Na deze jubileumtoespraak van mij en nog voorafgaande aan de Algemene Leden Vergadering krijgt u, mijnheer Frans Maas, het woord waarom u gevraagd hebt. Verder heet ik van harte welkom Dhr. Ad van Hamond voorzitter van KBO Waalwijk, dhr. Anton van Diessen van de Parochie Bartholomeus en dhr. Henk van Oosterhout en mevr. Marry Molenaar van de Hervormde Gemeente Waspik.

Vanmiddag sluiten daarbij nog aan Mevr. Dilek Odabasi, Wethouder gemeente Waalwijk, en dhr. Bert van Zelst voorzitter van PCOB Sprang-Capelle. Nogmaals allen hartelijk welkom. Geniet samen met ons van deze heugelijke dag.

Het is feest, groot feest vandaag. Een 50-jarig jubileum in deze woelige tijden is niet niks. Daarom dan ook bieden wij u een hele leuke gezellige dag aan. Maar eerst tot maximaal half één een serieus deel in de vorm van onze Algemene Leden Vergadering. Daarna krijgt u van ons een overheerlijke lunch aangeboden en vanaf 1 uur kunt u luisteren naar liedjes van accordeonist Hans van Buul. Om 13.40 uur onderbreken we het optreden van Hans van Buul even, voor ongeveer 20 minuten, om o.a. te luisteren naar een toespraak van mevr. Dilek Odabasi, wethouder van onze gemeente. Om ongeveer 2 uur vervolgt dhr. Hans van Buul zijn optreden.

Om 14.30 gevolgd door een pauze van 30 minuten om samen met ons, met een drankje, naar eigen keuze, een toast uit te brengen op ons 50-jarig jubileum. Vanaf 3 tot 4 uur volgt dan een spetterend optreden van Annet Dellegho. Daarna, zo u dat wenst, nog een gezellige nazit met een gratis consumptie.

We staan vandaag dus stil bij het feit dat onze vereniging dit jaar, om precies te zijn op 4 mei as., 50 jaar bestaat. Een moment om even achterom te kijken en een blik in de toekomst te werpen.

Maar alvorens dat te doen wil ik jullie als lid, jullie als leden, hartelijke dankzeggen voor het feit dat jullie ons, in vele gevallen, al hele vele jaren trouw bent gebleven En wie ik daarbij zeker niet mag vergeten te bedanken zijn onze vele vrijwilligers die ons in al die 50 jaren met raad en daad hebben bijgestaan.

En dan terug naar het begin. Ik heb de archieven er nog eens op nagetrokken en wat blijkt, de allereerste statuten van onze vereniging met een eventuele oprichtingsacte zijn niet meer te achterhalen, noch in onze eigen archieven noch bij de Kamer van Koophandel. Na enig speurwerk, door onze aspirant secretaris Nelleke van Etten, hebben wij van de Kamer van Koophandel wel de bevestiging gekregen dat de Katholieke Bond van Ouderen in het bisdom 's-Hertogenbosch afdeling Waspik inderdaad in mei 1973 is opgericht. Het desbetreffende formulier, wat de inschrijving bij de Kamer van Koophandel bevestigt, dateert van 30 september 1999, en is ondertekend door dhr. A.P. Kemmeren, de toenmalige voorzitter.

Over de eerste 11 jaren zijn ook geen notulen etc. van onze vereniging bewaard gebleven, althans ik heb ze niet kunnen vinden. De eerste notulen die ik tegenkwam waren van 4 mei 1984, opgemaakt door dhr. Anemaat. Het bestuur stond toen onder leiding van voorzitter Nico van de Rijken. In Waspik een zeer bekend persoon die in vele organisaties de voorzittershamer hanteerde.

>>>>

Naast de bejaardenbond bestond er destijds in Waspik, al vanaf de jaren zestig van de vorige eeuw, een organisatie onder naam Recreatie Bejaarden Waspik. Deze organisatie verzorgde jaarlijks 2 ontspanningsavonden en een busreis meestal in mei. Daarnaast verzorgden zij een ouderensoos in 't Schooltje. In 1982 bestond er bij deze 2 organisaties de behoefte om samen te gaan en zodoende tot één organisatie te komen. Op 4 juni 1984 was het dan zo ver. De eerste vergadering van Bejaarden Werk Waspik, de nieuwe organisatie met een nieuwe naam waarin zowel de Bejaarden Bond afd. Waspik als het Comité recreatie Bejaarden Waspik waren opgegaan. Voorzitter werd wederom dhr. Nico v.d. Rijken. Aan dat nieuwe bestuur, wat uiteraard vooral uit senioren bestond, werden ter ondersteuning 2 jongelingen van ruim 30 jaar oud toegevoegd, dhr. Hubert van Dongen en ondergetekende. Vooraf hadden wij beiden al zitting in het comité Recreatie Bejaarden Waspik.

Lang heeft Bejaardenwerk Waspik niet bestaan. Het comité Recreatie bejaarden heeft zich eind jaren tachtig, uiteindelijk teruggetrokken. De Bejaarden bond is toen onder zijn eigen naam verdergegaan. Wanneer die afscheiding precies heeft plaatsgevonden is niet duidelijk. De notulen tussen 3 maart 1986 en 9 november 1990 ontbreken ook helaas.

Bij het 40-jarig jubileum werd door de toenmalige, veel te jong overleden voorzitter Ad Smits, dhr. Bas van Haarlem als 600ste lid welkom geheten. Dhr. Bas van Haarlem is nog steeds lid van onze vereniging. Tekenend voor de laatste tijd is toch wel de mindere belangstelling voor Seniorenverenigingen, zo je wilt bejaarden bonden. Wij zijn in 10 jaar tijd teruggegaan van ruim 600 leden naar 437 leden eind 2022. Dit ondanks dat we er in samenwerking met KBO Brabant alles aan doen om leden te behouden en nieuwe leden te werven.

Wij staan als senioren voor hele grote uitdagingen. Denk maar eens aan het gebrek aan zorg, door gewoon te weinig zorgmedewerkers. Veel zullen wij als senioren zelf, gezamenlijk, moet op lossen. Denk ook aan de min of meer verplichting langer thuis te (moeten) blijven wonen. Ook thuis heb je namelijk in vele gevallen zorg nodig, vooral als je ouder wordt en er alleen voor komt te staan.

Eventjes een afspraak maken met de huisarts zal straks niet altijd meer mogelijk zijn. Veel zal er in toekomst digitaal gaan gebeuren waarbij je vooraf in vele gevallen hele vragenlijsten moet invullen zodat de huisarts al vooraf een beeld heeft van jouw vragen of problemen.

Meer dan ooit is het daarom tijd ons te verenigen, om je aan te sluiten bij onze Senioren Vereniging Waspik, zodat we gezamenlijk onze eigen problemen grotendeels kunnen oplossen en waarbij de sterken onder ons de minder sterken kunnen en waarschijnlijk ook wel moeten helpen.

Daarbij zullen we ook naar andere woonvormen moeten zoeken om dat allemaal te kunnen realiseren. Belangenbehartiging zal dan meer nog dan in het verleden hoog in ons vaandel staan. Daarbij zullen we onze ontspannende activiteiten, waar we heel veel mensen heel veel plezier mee doen, zeker niet vergeten. Op 3 maart 1986 in het jaarverslag over 1985, liet dhr. van de Rijken samen met dhr. Anemaat respectievelijk voorzitter en secretaris, weten nog maximaal 1 jaar aan te blijven. Beiden hadden het plan om op 3 maart 1986 af te treden maar in verband met het ontbreken op dat moment van mogelijke opvolgers gaven beide heren aan over 1 jaar onherroepelijk te stoppen. Wij zijn dan beiden 78 jaar oud, aldus de heren, en dus de hoogste tijd voor verjonging.

Ik zit nu in hetzelfde schuitje. Volgend jaar hoop ik ook die mooie leeftijd van 78 lentes te bereiken en ook ik vind dat het hoog tijd wordt voor verjonging. Dus meld je aan voor ons bestuur of zelfs direct voor die prachtige functie van voorzitter met volop uitdagingen voor de toekomst.

Terug naar het hier en nu. Na een kort woordje van dhr. Frans Maas van KBO Brabant beginnen wij zo dadelijk aan onze Algemene Leden vergadering.

In verband met de overheerlijke lunch die u om half één wordt aangeboden en het hele gezellige programma voor de rest van de middag zullen we zonder meer onze Algemene Leden Vergadering besluiten om even voor 12.30 uur.

Voor zover, bedankt voor uw aandachtig gehoor en ik wens u een vruchtbare algemene leden vergadering en een hele gezellige ontspannende middag toe.

Ik dank u wel.



Feest vandaag: de Seniorenvereniging Waspik bestaat 50 jaar.

Dat mag niet onopgemerkt blijven, daarom vandaag de aftrap voor een grootse viering.

Aan mij nu de eer, als vertegenwoordiger van KBO-Brabant, ter gelegenheid hiervan ook een zegje te doen.

De afdeling Waspik is één van de bijna 280 afdelingen die KBO-Brabant (bijna 120.000 leden) rijk is. Wat maakt ons daarbij speciaal?

Allereerst, uiteraard, de leden. Lid zijn van een afdeling betekent automatisch lid zijn van KBO-Brabant. Ons motto is: "door en voor senioren". De leden zijn de "haarvaten" van onze vereniging.

Ontmoeting staat hoog in ons vaandel. Dit kan door activiteiten zoals bijvoorbeeld sport en spel (kaarten, koersbal, bingo). Maar ook: (dag)reizen, excursies, cursussen, voorlichtingsbijeenkomsten.

Maar niet te vergeten: ondersteuning, o.a. door belastinginvulhulp, ouderadviseurs en clientondersteuners.

Sinds een aantal jaren neemt ook de belangenbehartiging een centrale plaats in: contacten met Gemeenten, Provincie en Rijk over wonen, zorg, WMO, pensioenen enz.

Contacten met gemeente vinden vaak plaats door afdelingen, maar veelal door kringen (een samenwerkingsverband van diverse afdelingen binnen een Gemeente). Voor Waspik is dit de Kring Waalwijk.

Provinciaal en landelijk gebeurt dit, en met succes, door onze organisatie in Den Bosch. Wij kunnen dit doen, gevoed door nauwe contacten met onze achterban. Dat onderscheidt ons van andere ouderenorganisaties.

Bij een jubileum als dit hoort een cadeau. Het afdelingsbestuur heeft gekozen voor een doos heerlijke bonbons met KBO-logo. Deze overhandig ik hierbij graag. Geniet ervan!

Tenslotte wil ik u allen en het bestuur in het bijzonder, feliciteren met dit jubileum en wens, namens het Algemeen Bestuur, uw afdeling een succesvol jubileumjaar en, voor allen hier aanwezig: een fijne feestmiddag.



Drie leden van Senioren Vereniging Waspik ontvingen een koninklijke onderscheiding Marian van den Berg, Erica en Kees Koster.

Woensdag 26 april ging Marian onder 'valse voorwendsels' mee naar het gemeentehuis in Waalwijk. Een van haar bekenden zou een lintje krijgen. De verrassing was daarom dubbel zo groot toen bleek dat zij zelf een van de gelukkigen was.

Marian kreeg haar lintje vanwege de vele sociale werkzaamheden die zij in en voor de Waspikse gemeenschap deed en nog steeds doet. In haar werkzame leven was zij eerst verpleegkundige in het Groot Ziekengasthuis in Den Bosch; daarna volgde zij de lerarenopleiding Verpleegkunde. Naast het les geven schreef zij ook nog enkele medische boeken die door het GZG werden uitgegeven.

Met haar 60 jaar ging ze met pensioen en besloot een jaar niets te doen. Maar dat duurde eigenlijk geen jaar, want via de organisatie wat nu Contour De Twern is, reageerde zij op een advertentie om sociale contacten op te starten in o.a. Waspik. Zo ontstond in 2011 Sociaal Contact Waspik, waar Marian nog steeds contactpersoon voor is.

In de loop van de jaren kwamen er onder haar 'leiding' nog enkele andere initiatieven tot stand, zoals de boodschappendienst, een wekelijkse koffieclub op woensdagochtend in Den Bolder, de verhuur van de E-bike duofiets en sinds een paar maanden schilderen met demente mensen in de Stroming. Al met al waren dit redenen voor een welverdiende koninklijke onderscheiding.

Marian was zeer vereerd en wij wensen haar van harte proficiat met dit lintje. Met trots heeft zij de versierselen nogmaals opgespeld voor een foto.

Marian, we hopen dat je nog lang actief zult en kunt blijven binnen onze Waspikse gemeenschap en binnen het bestuur van Senioren Vereniging Waspik.



Foto: Paul van Baardwijk

Ook **Erica en Kees Koster** werden verrast met een koninklijke onderscheiding. Van hen verscheen een uitgebreid artikel in het Brabants Dagblad.

Erica is voor veel stichtingen vrijwilliger geweest. Rode Kruis, Stichting Welzijn Ouderen, Heemkundevereniging, Senioren Vereniging Waspik en nog veel meer. Kees is al ruim 30 jaar vrijwilliger en ruim 10 jaar bestuurslid, w.o. penningmeester van de toenmalige Nederlandse Vereniging Graves Patiënten. Dit is overgegaan in Schildklier Organisatie Nederland (SON). Verder is hij 16 jaar penningmeester van de Senioren Vereniging Waspik geweest en nu nog cliëntondersteuner WMO en ouderenadviseur. En verder betrokken bij veel andere maatschappelijke projecten in Waalwijk, Sprang-Capelle en Waspik.

Erop Uit In Waspik

ER OP UIT IN WASPIK

De vakantieperiode komt er weer aan. Voor veel mensen een periode van gezelligheid, samenzijn en er op uit gaan met het gezin. Maar voor veel mensen dus ook een periode van wat meer alleen zijn. De verenigingen liggen stil, buurthuizen zijn gesloten kinderen kleinkinderen, burens zijn op vakantie. Kortom het is stil op straat en in de buurt. Daarom organiseren wij tijdens de schoolvakantie elke week 2 middagen met zeer verschillende activiteiten. Bieden wij iedereen de mogelijkheid om een kopje koffie samen te drinken, of deel te nemen aan bv een creatieve middag. Ook maken we een uitstapje, organiseren we een bingo middag, en een afsluitende dag met een lekkere lunch en een muzikaal optreden van Jan Boons.

Wij proberen d.m.v. sponsoring de kosten zo laag mogelijk te houden.

Voor 2 activiteiten vragen wij een kleine bijdrage en verder staat er een pot op tafel voor een vrijwillige bijdrage in de kosten van de koffie en thee.

Dit jaar ziet er het programma weer gezellig uit en hopen wij voor ieder wat wils te organiseren.

Voor de filmmiddag hebben wij het mooie aanbod gekregen van de Seniorenvereniging in Waspik om hierin samen te werken en vanwege het 50 jarig bestaan dragen zij hiervoor de kosten! Dank je wel hiervoor!

IEDEREEN IS DUS VAN HARTE WELKOM OM MEE TE DOEN.

WE GAAN ER SAMEN OP UIT IN WASPIK!

Voor de leden van de Seniorenvereniging zit er in het maandblad

"Het Seniorennieuws" een overzicht van de activiteiten en een aanmeldingsformulier bijgevoegd.

Op woensdag 14 juni en op vrijdag 16 juni van 10.00 uur tot 12.00 uur kunt u zich in Den Bolder aanmelden met het formulier dat u in dit blad kunt vinden. Graag gepast betalen voor de activiteiten op 4 en 25 augustus.

Heeft u nog vragen kunt u altijd bellen met:

Cissy de Bruyn 0620632983
Willemien Smits 0681905093

Een korte toelichting op de activiteiten:

Woensdag 19 juli Bewegen met Jan : Onder leiding van Jan Beerens gaan we samen de spieren wat lossen maken en gezellig koffie drinken .

Vrijdag 24 juli, Schilderen op glas: We gaan met glas stiften een glazen vaasje of iets anders versieren. Na drogen kan dit gewoon in de vaatwasser! Wij zorgen voor de materialen

Woensdag 26 juli drinken we een kopje koffie of thee bij de Stroming en met de liefhebbers kunnen we een gezelschapsspelletje doen. Ook is er bij goed weer de mogelijkheid voor een spelletje jeu de boule .

Vrijdag 28 juli Vakantiesfeer op de camping: Koffie met appeltaart bij camping De Bonte Kraai in Raamsdonk

Woensdag 2 augustus Op de koffie bij Jos en Henny. We drinken koffie of thee in de pastorietuin en kunnen daar een wandelingetje door de mooie tuin maken. Bij slecht weer kunnen we terecht in het parochieel centrum.

Vrijdag 4 augustus Creatief met Patricia: Patricia Blom, van de Langstraatshop gaat met ons een prachtig kussen maken of een houten hanger voor binnen of buiten. Hiervoor vragen wij een kleine bijdrage in de kosten van €5,- pp



Woensdag 9 augustus ontspannen met Annemarie Ontspanning o.l.v. Annemarie Mosterman

Vrijdag 11 augustus Bingo spelen met leuke prijsjes

Woensdag 16 augustus Koffie drinken en gezellig bijpraten in de zaal van de Bartholomeushof.

Vrijdag 18 augustus In Den Bolder draaien we de luchtige drama film "de beentjes van Sint Hildegard" Een tragi-komische film uit 2020 met in een van de hoofdrollen Herman Finkers.

Woensdag 23 augustus Rondleiding in de parochiekerk St. Jan in Waalwijk en samen koffie drinken. Vervoer met een busje van Contour de Twern en privé auto's.

Vrijdag 25 augustus Afsluiting met een lekkere lunch en mee-zingen met Jan Boons. Ook draaien we de foto's van de afgelopen weken op een groot scherm. Voor deze activiteit vragen we een bijdrage van €5,- pp.

Als u vervoer nodig hebt voor een van de activiteiten kunt u contact opnemen met Vervoer en Boodschappen-dienst Waspik, tel. 0618435995 of mailen met

pscwaspik@gmail.com

Overige vragen :

Cissy de Bruyn 0620632983

Willemien Smits 0681905093

datum	activiteit	locatie	bijzonderheden	Doet mee
Wo 19 juli	Bewegen met Jan	De Schakel Dorpsplein 1		
Vrij.21 juli	Schilderen op glas	Den Bolder Schoolstraat 19		
Wo.26 juli	Spelletjes middag	De Stroming Kerkstraat 23		
Vrij.28 juli	Naar de bloementuin	De Langedam 't Vaartje 108		
Wo 2 aug.	Koffie bij Jos en Henny	Pastorietuin Kerkstraat 1		
Vrij 4 aug	Creatief met Patricia van de Langstraatshop	De Schakel Dorpsplein 1	Kosten €5,- PP	
Wo 9 aug	Ontspannen met Annemarie Mosterman	Den Bolder Schoolstraat 19		
Vrij 11 aug	Bingo	De Schakel Dorpsplein 1		
Wo 16 aug	Koffieurtje bij Bartholomeushof	Bartholomeushof 1		
Vrij 18 aug	Filmmiddag "De beentjes van Sint Hildegard"	Den Bolder Schoolstraat 19	Dankzij de Seniorenvereniging Waspik	
Wo 23 aug	Rondeleiding kerk St.Jan Waalwijk en koffie drinken	Parochiekerk St.Jan St.Jansplein 2 Waalwijk	Vervoer mogelijk met kleine bus en auto`s	
Vrij 25 aug	Afsluiting met muziek Jan Boons en lunch	De Schakel Dorpsplein 1	Kosten €5,- pp 11.00 uur tot 15.00 uur	

Kruis in de laatste kolom aan met welke activiteit u mee wilt doen; betaling graag contact bij aanmelden.

NAAM:

ADRES:

TEL.NR:

Als u vervoer nodig heeft neemt u dan tijdig contact op met Vervoer en Boodschappendienst Waspik, tel. 0618435995 of mailen met pscwasplik@gmail.com



Beste leden,

Ook in de vakantieperiode organiseren wij een jubileumactiviteit voor u.
In samenwerking met de werkgroep Er Op Uit in Waspik nodigen wij u uit voor een filmmiddag in Den Bolder
op vrijdagmiddag 18 augustus a.s.

Wij draaien dan op het grote scherm de de tragi-komische film:
“De beentjes van Sint Hildegard”.

Met in een van de hoofdrollen Herman Finkers. Een middagje genieten en met een glimlach weer naar buiten.
Voor de koffie en iets lekkers wordt door ons gezorgd. De kosten zijn voor ons, kom dus allemaal gezellig naar de film met elkaar.

Elders in dit blad vindt u het volledige programma van Er Op Uit in de zomervakantie; ook daarvoor bent u als lid van de Seniorenvereniging van harte uitgenodigd. Alle gegevens om u aan te melden kunt u hier ook vinden, ook voor de film graag het aanmeldingsformulier gebruiken.

Hartelijke groet en graag tot ziens,
De Feestcommissie.

HERINNERING:

U kunt zich nog tot 11 juni aanmelden voor de mooie dagtocht!

Programma in het kort:

10:00 uur Orchid's Paardenmelkerij - koffie met cake + excursie

12:30uur Witte Huis - Koffietafel+kroket

14:00 uur Rozenhof Lottum - Entree & rondleiding Rozenhof

17:30 uur Restaurant “De Zwaan” – Diner

Prijs per persoon € 75,00

Eenmalige machtiging.

Door ondertekening van dit formulier geeft u toestemming aan de Senioren Vereniging Waspik om eenmalig een incasso opdracht te sturen naar uw bank om eenmalig een bedrag af te schrijven wegens de busreis “Rozengeur en Paardenmelk” op vrijdag 30 juni 2023 overeenkomstig de opdracht van de Senioren Vereniging Waspik.

Inleveren voor 11 juni a.s. bij Will Hooijmaijers, Chopinlaan 2 in Waspik.

Naam.....

Adres.....Tel. Nr.

Postcode..... Woonplaats.....

IBAN Rekeningnummer.....

Bedrag €.....

Plaats en Datum.....

Handtekening..... Nr. Ledenpas

Uitslag Kaartmiddagen lenteseizoen 2023

Rikken

5. G. Bakkeren	1328
4. A. van der Aa	1375
3. C. van der Linde	1440
2. T. Roelofs	1510
1. T. Rekkers	1558



Jokeren

3. T. van Wanrooij	444
2. A. Genet	440
1. E. Hars	379

In het najaar wordt weer gestart met de kaartmiddagen.

Plaats: 't Schooltje in Waspik-Boven

Tijdstip aanwezig: 13.30 uur

Inleg € 3,50

:

Woensdag	6 september
Woensdag	20 september
Woensdag	4 oktober
Woensdag	18 oktober
Woensdag	1 november
Woensdag	15 november
Woensdag	29 november
Woensdag	13 december

1ste kop koffie/thee gratis.

De 5 beste tellen mee.

Info: Theo Rekkers tel. 0416-312630 of 06-10697340

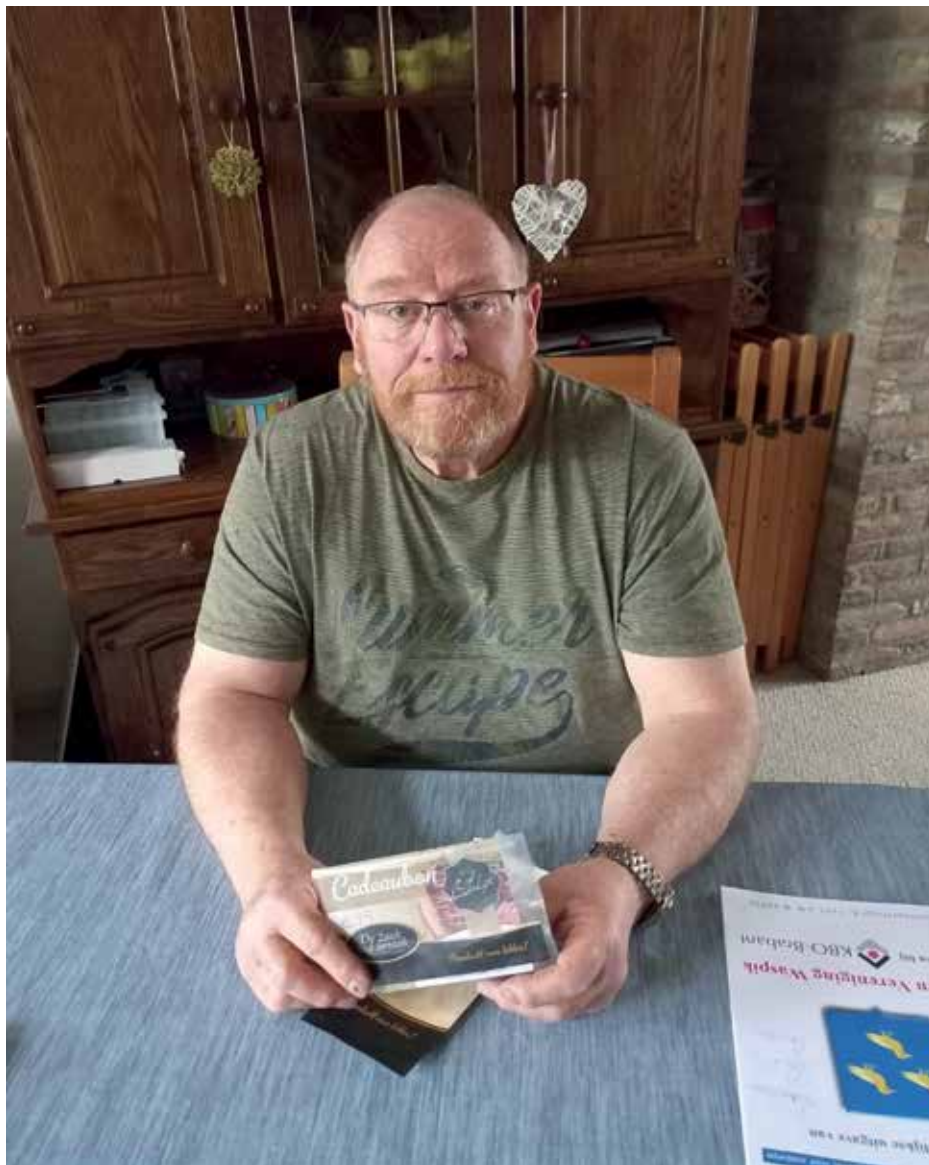


De oplossing van de pittige Zweedse puzzel is

WISSELVALLIG

Uit de goede inzendingen trokken we als winnaar
de heer Johan Gennesen.

Johan koos als prijs een cadeaubon van
Slagerij Snels.



Een nieuwe puzzel vindt u op de volgende bladzijde;
Dit keer een pittige doorloper.
Puzzel mee en maak kans op een cadeaubon naar keuze.

Breng de letters in de roze vakjes over in de balk onderaan de puzzel.

Horizontaal: 1 landweg met bomen, bezoedeling, ransel - 2 godsdienstig gebruik, binnenwater, in het jaar - 3 getal, insect, ontwerp, schraal - 4 land, medische foto, vertegenwoordiger - 5 hoon, misarm, onderdanig - 6 ingenieur, staat in Amerika, inkomen, bakpoeder - 7 jaloezie, bijzonder groot, raadsel - 8 Generale Staf, Verenigde Naties, houten splinter, koren - 9 Bijbelse priester, levenslucht, honger, wanneer - 10 schicht, zevenarmige kandelaar, pl. in Frankrijk - 11 hoofdstad van Noorwegen, reeks woorden, woestijnbron, afgeronde steen - 12 bevel, schrijflijn, motto.

Verticaal: 1 kruidige saus, heldendicht - 2 oevergewas, tariefopgave - 3 vulkaan op Sicilië, op leeftijd, luxe woonhuis - 4 errore excepto, knokken, liefdesgod - 5 Amerikaanse politie, torenomgang, aanwijzend vnw - 6 gebakje, winkel (Engels), onvergelijkelijk - 7 bedankt (Frans), boosheid, Engels telwoord - 8 Economische Zaken, land in Midden-Amerika, Noorse aardgeest - 9 kort ogenblik, telwoord, advies - 10 laster, Europese vrouw - 11 uitgestrekt, Arabische titel, hoofdstad van Oekraïne - 12 niet dezelfde, effen, kunstmatige intelligentie - 13 naamloos, brede laan met bomen - 14 gepelde gerst, zachte schittering, vordering.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1	e													
2					a									c
3														
4														
5			g									h		
6														
7														
8	i										b			
9														
10														
11					f									
12										d				

©www.puzzelpro.nl

a	b	c	d	e	f	g	h	i
---	---	---	---	---	---	---	---	---

De oplossing van de puzzel kunt u tot **uiterlijk 12 juli 2023** inleveren bij
 Mw.W. Hooijmaijers, Chopinlaan 2, 5165 CM Waspik.
 E-mailadres: wilennol@gmail.com

Sociaal Contact Waspik zoekt vrijwilligers!

Een mevrouw die fysiek niet in staat is om haar hond uit te laten, zoekt een of meerdere vrijwilligers, die het leuk vinden, om dit voor haar te willen doen! Het betreft één keer de hond uit laten op de morgen of middag op maandag, dinsdag en vrijdag.

Een mevrouw die fysiek niet in staat is haar tuin te onderhouden, zoekt een vrijwilliger, die het leuk vindt, om dit wekelijks voor haar te willen doen! De dag, voor- of namiddag maakt niet haar uit, mevrouw is alle dagen thuis!

**Heb je interesse, neem telefonisch contact op met
Marian van den Berg, coördinator SCW. tel.nr.
06-18435995**



8x deze voedingsmiddelen zijn goed voor sterke botten

Sterke botten zorgen ervoor dat de kans op een botbreuk kleiner is, bijvoorbeeld als je valt. Dat is niet alleen belangrijk als je ouder wordt, maar op elke leeftijd. Gelukkig zijn er genoeg dingen die je kunt doen om je botten sterk te maken én te houden. Zo zijn deze voedingsmiddelen perfect voor sterke botten.

Je botten zijn constant in beweging en veranderen steeds. Zonder dat je het doorhebt wordt je bot afgebroken, waarna nieuw bot aangemaakt wordt. Om dat nieuwe bot te maken, heb je volgens Thuisarts drie dingen nodig: beweging, kalk en vitamine D. Kalk is een stof die je met name uit voeding haalt en die je lichaam vervolgens gebruikt om nieuw bot te gaan maken. Dit wordt ook wel calcium genoemd.

1. Zuivel en melkproducten Producten als melk, karnemelk, yoghurt, kwark en kaas zitten vol met calcium. Volgens Thuisarts krijg je genoeg kalk binnen als je dagelijks vier porties van melkproducten binnenkrijgt, zoals twee glazen melk, een schaal kwark en twee plakken kaas. Goed om te weten: als je plantaardig of veganistisch eet, heb je duizend milligram extra kalk per dag nodig. Ga hiervoor niet zomaar supplementen slikken, want een te hoog calciumgehalte is ook niet goed.

2. Donkergroene groente eten voor sterke botten Dat calcium in zuivel zit, wist je misschien al wel. Maar wist je dat veel groentesoorten ook boordevol kalk zitten? Volgens WebMD zijn donkere groenten hiervoor perfect. Denk hierbij aan paksoi, boerenkool, Chinese kool of raapstelen. Daarbij bevatten deze donkergroene groenten ook vitamine K, een vitamine die sterke botten onderhoudt en de kans op osteoporose kan verkleinen. Een andere groene groente die fijn is voor je botten, is broccoli. Deze groentesoort zit vol met calcium, magnesium, kalium, mangaan en fosfor. Al deze mineralen helpen om een hogere botdichtheid, en dus sterkere botten, te krijgen. Groot voordeel van broccoli: je kunt er eindelijk mee variëren.

3. Aardappelen en graanproducten Niet alleen calcium helpt bij de vorming en onderhouding van je botten, ook andere mineralen hebben een aandeel. Wat dacht je van magnesium en kalium? Magnesium vind je onder andere in volkoren graanproducten, maar ook in groenten, melk en melkproducten. Kalium vind je ook in groente en fruit, maar ook in aardappelen.

4. (Gedroogd) fruit Vitamine C draagt ook bij aan het behoud van sterke botten. Deze vitamine vind je vooral in fruit, zoals sinaasappelen en grapefruit. Citrusvruchten bevatten veel van deze vitamine en zijn dus ideaal om je vitamine C-gehalte op te krikken. Een andere vrucht die ideaal is voor sterkere botten, is de vijg. Hierin zitten zowel calcium, kalium en magnesium. Geen zin in verse vijgen of liggen ze niet in de winkel? Je kunt ook gaan voor een aantal gedroogde exemplaren.



5. Sterke botten door vis Als we het hebben over een calciumbom, mogen we vis absoluut niet vergeten. Er zijn verschillende vissoorten die perfect zijn om je botten te versterken, zoals zalm en sardines. Volgens GezondNu is vooral bokking, een haring die op een bepaalde manier gerookt wordt, een geweldige vis als het aankomt op calcium.

6. Eieren Voor sterke botten is het van belang om voldoende eieren binnen te krijgen, met als kanttekening dat je ook voldoende calcium binnen moet krijgen. Merk je dat je niet genoeg eiwitten binnenkrijgt? Dan kan het verstandig zijn om eens een gekookt ei bij je ontbijt of lunch te nemen. In het eigeel zit ook nog eens vitamine D, die ook weer belangrijk is voor je botten.

7. Noten Wil je nog meer magnesium uit voeding halen? Neem dan eens een handje noten als tussendoortje. Noten zitten vol met magnesium, zeker walnoten en amandelen. Houd je niet zo van noten uit het vuistje? Tegenwoordig worden in supermarkten ook notenspreads verkocht. Smeer deze op een boterham en je hebt zo weer wat magnesium binnen!

8. Plantaardige producten Eet je liever plantaardig of ben je veganistisch? Dan haal je je voedingsstoffen niet uit vis, vlees of eieren. Gelukkig zijn er tal van andere voedingsmiddelen die ook je botten versterken. Wat dacht je van sojabonen, verrijkte soja-, rijst- en haverdranken? Tofu en sesamzaadjes zijn volgens de NHS (National Health Service) ook goede bronnen van calcium, en dus fijn voor je botten.

Bron: Margriet.nl

Overgenomen uit ledenblad PCOB Sprang-Capelle

Is cafeïnevrije koffie ook echt cafeïnevrij?

Koffie zonder cafeïne.

Goede vraag! In deze rubriek gaat PlusOnline op zoek naar het antwoord op knagende vragen. Deze keer: is cafeïnevrije koffie ook echt cafeïnevrij?

Wil je minder of geen koffiedrinken vanwege het gehalte cafeïne dat erin zit, dan grijp je al snel naar cafeïnevrije koffie. Maar is cafeïnevrije koffie ook echt cafeïnevrij? Het antwoord is: nee, cafeïnevrije koffie is niet helemaal cafeïnevrij. Een kopje van 125 ml bevat nog 2 tot 4 milligram cafeïne. In vergelijking met 'gewone' koffie, waar in datzelfde kopje maar liefst 60 tot 85 milligram cafeïne kan zitten, is dit natuurlijk heel weinig. Hoeveel cafeïne een kop koffie bevat, is afhankelijk van de soort koffie (filter, instant of espresso), hoe sterk het is gezet en de grootte van de kop.

Waar zit cafeïne in?

De stof cafeïne zit van nature in koffiebonen, theebladen, cacao bonen, guaranabessen en colanoten. Naast koffie, bevatten producten als thee, cola, ijsthee, chocolade(melk), energiedrankjes, energiesthots en drankjes met guarana, cafeïne. Er zijn tegenwoordig ook verschillende producten met extra cafeïne op de markt, zoals kauwgom, snoep en water.

Koffie vervangers

Houd je van de smaak van koffie, maar wil je liever helemaal geen cafeïne binnenkrijgen? Dan kun je kiezen voor (natuurlijke) koffievervangers, zoals Bambo. Ook kruidenthee is een goed en cafeïnevrij alternatief.

Bron: PlusOnline / Voedingscentrum

Overgenomen uit ledenblad PCOB Sprang-Capelle mei 2023



ETZ VERRUIMT OPENINGSTIJDEN DIGIPUNT VOOR HULP BIJ DIGITALISERING

Patiënten van het ETZ kunnen steeds meer zaken online regelen, zoals het maken van een afspraak of het inzien van het medische dossier in patiënten portaal MijnETZ. Maar sommige patiënten vinden digitalisering lastig. Voor die patiënten is er hulp op een fysiek punt in het ETZ en bij Bibliotheek

Midden-Brabant. Om nog meer mensen te helpen, zijn de openingstijden verruimd.

In de toekomst gaan steeds meer zaken in het ziekenhuis digitaal. Dat is handig, maar voor sommige patiënten ook lastig. Het ETZ wil patiënten helpen digitaal vaardiger te worden. Op een fysiek punt in het ziekenhuis kunnen zij terecht met vragen over patiëntenportaal MijnETZ en digitale patiëntfolders. Dat kan ook tijdens service uren in Bibliotheek Midden-Brabant.

“Misschien gebruiken sommige patiënten MijnETZ nog niet omdat ze niet weten hoe ze met DigiD moeten inloggen. Of ze hebben wel een MijnETZ account, maar weten niet goed hoe het werkt. Ook kan het kan zijn dat ze niet weten hoe ze een digitale vragenlijst moeten invullen. Of de folder niet kunnen vinden, die ze moeten lezen voordat ze een onderzoek krijgen. Voor al dat soort vragen kijkt een medewerker op het DigiPunt met de patiënt mee”, licht projectleider Bente van Hattem toe.

Locaties en openingstijden

Patiënten met vragen kunnen op verschillende locaties en tijden terecht bij fysieke punten in het ETZ en Bibliotheek Midden-Brabant. Een afspraak maken is niet nodig, patiënten kunnen gewoon langskomen.

DigiPunt in het ziekenhuis:

Locatie ETZ TweeSteden: begane grond, bij de Patiëntregistratie, maandag t/m vrijdag van 7.30-17.00 uur.

Locatie ETZ Elisabeth: begane grond, bij de Patiëntenregistratie, maandag t/m vrijdag van 7.30-17.00 uur.

Locatie ETZ Waalwijk: begane grond, bij de Patiëntenregistratie, maandag t/m vrijdag van 7.30-17.00 uur.

In alle vestigingen van Bibliotheek Midden-Brabant, bij de infobalie, tijdens service-uren.

Pilot succesvol afgerond

Het DigiPunt is gestart vanuit een pilot die liep van oktober 2022 tot en met maart 2023. Het ETZ heeft hiermee veel patiënten kunnen helpen en daarom is de pilot is nu omgezet in structurele hulp via het DigiPunt in het ziekenhuis, met verruimde openingstijden. Ook kunnen mensen voor hulp binnenlopen in alle vestigingen van Bibliotheek Midden-Brabant tijdens service-uren.

Bron: Waalwijk,nieuws. Overgenomen uit ledenblad PCOB Waalwijk



GRATIS VOORLICHTINGSBIJEENKOMST GITAAR, KEYBOARD OF BLOKFLUIT VOOR 55+

Binnenkort start bij kunstencentrum Waalwijk nieuwe introductie cursussen voor gitaar keyboard en blokfluit voor 55+. Leden van ouderenbonden krijgen voor deze cursus € 10 korting.

Interesse

Schrijf je dan nu in voor de gratis voorlichtingsbijeenkomst door een mailtje te sturen naar : info @ kunstencentrum Waalwijk.nl onder vermelding van kennismaking 55+

In het mailtje graag uw persoonsgegevens plus het instrument naar keuze vermelden.

De introductiecursussen zijn speciaal bedoeld voor mensen die altijd al een instrument hebben willen spelen, maar er nooit aan begonnen zijn, maar nu de tijd hebben. De lessen worden zowel overdag als in de vooravond gegeven.

Het gaat om het samen muziek maken in een ontspannen sfeer. Je hoeft geen noten te kunnen lezen. Vertrekpunt zijn op popsongs en liedjes van vroeger en nu, van Rolling Stones tot Boudewijn de Groot.

Deze introductiecursussen bestaan uit 10 lessen van elk een uur. De exacte lesdag en een tijdstip wordt bepaald in overleg met de cursisten. De opstapcursus bedraagt € 90,- en is inclusief het gebruik van een gratis bruikleen instrument (wel borg). Leden van ouderenbonden krijgen € 10,- korting op de deelnameprijs en betalen slechts € 80,-.

Dat is dus slechts € 8,- per les.

Bron: KBO Waalwijk infoblad

Overgenomen uit ledenblad PCOB Waalwijk



Hoe lang kun je doorrijden zodra het brandstoflampje van je auto brandt?

Je kunt het beste zo snel mogelijk naar een tankstation rijden als het reservelampje van je auto gaat branden. Maar hoeveel kilometer aan brandstof heb je dan nog in je tank? Dat kun je met een simpel trucje uitrekenen.

Het brandstoflampje gaat branden als de auto rijdt op de reservetank. Je hebt dan meestal ongeveer vijf liter over, waar je gemiddeld vijftig kilometer mee kunt rijden. Maar hoeveel dit precies is hangt af van je auto en je rijstijl. Sommige auto's geven aan hoeveel kilometer aan brandstof er dan nog in de tank zit, maar voor autobestuurders die deze luxe niet hebben is er een andere manier.

Zo bereken je zelf hoe lang je kan doorrijden

De volgende keer dat het lampje gaat branden, moet je direct gaan tanken. Het aantal liters dat je tankt moet je aftrekken van de totale inhoud van je tank. Je kunt in de gebruiksaanwijzing van je auto vinden hoeveel liter er maximaal in de tank past. Als je deze aftreksom hebt uitgevoerd, weet je hoeveel liter brandstof er in je auto zit op het moment dat het reservelampje brandt. Nu moet je alleen nog weten hoe je dit aantal liters brandstof vertaalt naar aantal kilometers.

Auto met boordcomputer

Het gemiddelde verbruik, ook wel je praktijkverbruik, wordt in de meeste auto's met boordcomputers automatisch berekend. Deel het aantal liters dat je in je tank hebt nadat het lampje is gaan branden door het gemiddelde praktijkverbruik. Zo weet je hoe ver je nog kunt rijden als het reservelampje brandt.

Auto zonder boordcomputer

Bij oudere auto's zonder ingebouwde computer zal je zelf het praktijkgebruik moeten berekenen. Zet een keer na het tanken je dagteller op nul, zodat je bij de volgende tankbeurt weet hoeveel kilometer je hebt gereden op een volle tank. Tank je auto weer vol en kijk hoeveel liter brandstof je erbij doet. Vermenigvuldig dit met honderd. Als je dit getal deelt door het aantal gereden kilometers, weet je hoeveel liter brandstof je verbruikt per 100 kilometer. Dit is het praktijkverbruik.

Rijd je tank nooit helemaal leeg

Het is nog steeds het advies om gelijk richting een tankstation te gaan als het lampje gaat branden. Je kunt sowieso nog een paar kilometers vooruit, maar rijd je tank in ieder geval niet helemaal leeg. Hoe leger de tank, hoe meer vuil er namelijk in zit, wat mogelijk in de motor kan komen. Dit kan schade aan de auto veroorzaken.



LAST VAN ONGEWENSTE TELEFOONTJES? DIT KUNT U DOEN

U herkent het vast wel: ongewenste telefoontjes van iemand, of een bedrijf, uit het buitenland, een bedrijf of organisatie in Nederland. Maar mag iedereen u zomaar bellen? En kunt u hier iets tegen doen? Wanneer mag ik gebeld worden?

Sinds 1 juli 2021 gelden er nieuwe regels omtrent het bellen van particulieren. Een bedrijf of organisatie, zoals een goed doel, mag u nu alleen bellen in een aantal gevallen. We zetten ze hieronder op een rij: U mag gebeld worden als u hier toestemming voor heeft gegeven. Een bedrijf mag u bellen als u daar klant bent, of dit bent geweest in een tijdsperiode van 3 jaar. Een organisatie mag u bellen als u donateur bent van de organisatie. Valt u niet onder bovenstaande gevallen? Dan mag u niet ongevraagd gebeld worden. Gebeurt dit wel, dan kunt u hier melding van maken bij www.consuwijzer.nl

Bel-me-niet Register bestaat niet meer

Voorheen kon u in het Bel-me-niet Register aangeven dat u niet gebeld wilde worden door bedrijven en organisaties. Deden zij dit wel, dan konden zij een boete krijgen. Tegenwoordig bestaat dit register echter niet meer. Toch kunt u nog steeds aangeven dat u niet gebeld wilt worden. Maar waar?

Ongewenste telefoontjes stopzetten

Dit kunt u simpelweg tijdens het verkooppraatje melden. Wordt u dus gebeld door een organisatie of bedrijf, maar heeft u hier totaal geen behoefte aan? Geef dit dan aan tijdens het gesprek. Door te zeggen dat u niet meer gebeld wilt worden, maakt u gebruik van uw recht van verzet. De verkoper moet dan het gesprek stoppen en mag u niet meer bellen. Ook via een mail of brief kunt u hier gebruik van maken.

Toch gebeld?

Wordt u, nadat u heeft aangegeven niet meer gebeld te willen worden, alsnog gebeld? Dan kunt u hier melding van maken bij Consuwijzer. De ACM kan vervolgens een onderzoek instellen. Bedrijven moeten dan bewijzen dat er toestemming was voor het telefoontje. Is dit niet het geval, dan kan de ACM het bedrijf een boete opleggen.

(On)bekende blijft bellen

Heeft u last van ongewenste telefoontjes van een (on)bekende? Maak hier dan melding van bij uw provider. Zij zullen dan een onderzoek starten en contact opnemen met de desbetreffende persoon.

Daarnaast kunt u het telefoonnummer waarmee diegene u belt blokkeren.

Dit werkt als volgt:

Android: Ga naar Telefoon -> selecteer het nummer of de persoon die u wilt blokkeren

-> tik op blokkeren /spam melden.

iPhone: Ga naar Telefoon -> zoek tussen uw oproepen het telefoonnummer van de desbetreffende beller

-> klik op het informatie icoontje rechts -> klik onderaan op 'Blokkeer deze beller'

Nog steeds last van ongewenste telefoontjes?

Blijft u overlast ervaren van ongewenste telefoontjes? Dan kunt u tot slot een nieuw telefoonnummer aanvragen via de klantenservice van uw provider.

Bron: Max Meldpunt Uit Ledenblad PCOB Waalwijk



VERTROUW NIET BLIND OP GOOGLE

Bij de redactie van Ons, het maandblad van KBO Brabant, kwam het volgende ingezonden bericht binnen:

'Afgelopen maand zijn mijn schoonouders twee keer opgelicht

Een keer bij het opzeggen van mij schoonvaders visakte

Even zoeken via Google en ze vinden een website die dit regelt. Het kost normaal niets om dit op te zeggen, maar nu kost het € 29,- en na een week al € 8,- aanmaningskosten. Juridisch waterdicht en het bedrag is te laag voor juridische hulp

Tweede keer een wijziging bij ING doorgeven

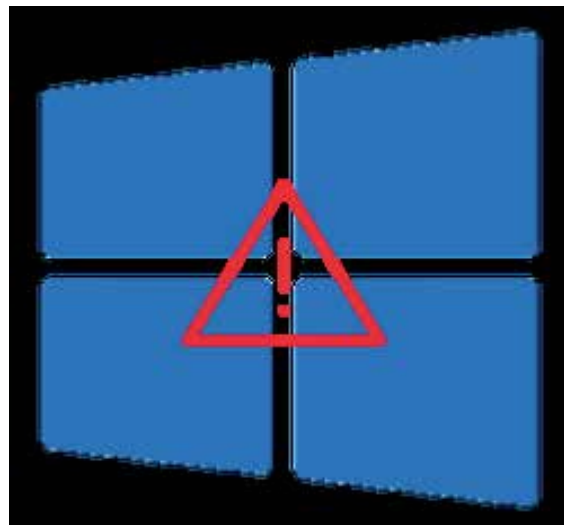
Ze zoeken via Google naar 'ING telefoonnummer' en krijgen een regulier telefoonnummer 020 te zien dat ze bellen.

Dit blijkt een doorverbinding service te zijn. Een normaal gesproken gratis telefoontje kost ze nu minimaal € 20,-
'Een gewaarschuwd mens tel voor twee'

Ons advies :

Zoek altijd naar een telefoonnummer op de officiële website van de organisatie waar u contact mee zoekt om dit soort misleidingen via Google te voorkomen.

Bron: Ons- maandblad KBO Brabant.



Windows 10 21H2 nog in gebruik? Tijd om te updaten!

woensdag 12 april 2023

Computers met Windows 10 21H2 krijgen vanaf juni geen beveiligingsupdates meer. Microsoft stopt de ondersteuning van deze Windows-versie.

Windows 10 21H2 is de Windows-update uit november 2021. 13 juni stoppen de maandelijkse beveiligingsupdates. Dat betekent dat Microsoft niet meer kan garanderen dat de Windows-computer veilig blijft.

Windows up-to-date houden

Controleer welke Windows-versie u hebt. Is dat nog Windows 10 21H2? Update dan snel naar een nieuwere versie:

- * Klik op de startknop.
- * Klik op Instellingen.
- * Klik op Bijwerken en beveiliging.
- * Klik op Windows update.
- * Is er een update beschikbaar? Dan staat er 'Onderdelenupdate naar Windows 10, versie 22H2'. Klik hieronder op **Downloaden en installeren.**

Bron: SeniorWeb

Overgenomen uit ledenblad PCOB Sprang-Capelle mei 2023



12 Teksten op huwelijkscelicitatiekaarten

1. Stop nooit met daten met je vrouw. Stop niet met flirten met je man. Dus blijf van elkaar houden tot aan de maan... en soms achter het behang.
2. Door dik en dun, door heel en stuk, wens ik jullie beiden veel geluk!
3. De beste wensen! Na vandaag hoef je nooit meer in een trouwjurk te passen.
4. Marriage is a workshop: He works. She shops.
5. In het Nederlands: In een huwelijk is werk aan de winkel: hij werkt en zij winkelt.
6. Ik hoop dat jullie heel erg veel huwelijks cadeaus krijgen & dat jullie niet merken dat die van mij er niet tussen zit.
7. Geniet van vandaag, van het leven, van elkaar. Blijf liefhebben en beminnen het liefst nog heel veel jaar.
8. Geluk is blijven verlangen naar wat je al hebt.
9. Liefde hier. Hartjes daar. Ringen om en trouwen maar!
10. Een gelukkig huwelijk bestaat uit twee mensen die graag samen wijntjes drinken.
11. Proficiat, je hebt iemand gevonden die je voor de rest van je leven wil irriteren.
12. Niet de juiste vinden, maar de juiste zijn. Dat is het grote huwelijksgeheim.

Een oud koppel stopt aan een benzinstation.

Pompbediende : "Hoe kan ik u helpen ?"

Oude man : "Voldoen alsjeblieft"

Oude vrouw : "Wat zegt 'em ?"

Oude man : "Hij vroeg wat hij moest doen en ik zei voldoen"

Pompbediende : "Waar gaat de rit naar toe"

Oude man : "Naar Brussel, onze kleinkinderen bezoeken."

Oude vrouw : "Wat zegt 'em ?"

Oude man : "Hij vraagt waar we naar toe gaan. Ik heb hem gezegd dat we onze kleinkinderen gaan bezoeken."

Pompbediende : "Vanwaar komen jullie ?"

Oude man : "We komen uit Scherpenheuvel"

Oude vrouw : "Wat zegt 'em ?"

Oude man : "Hij vraagt vanwaar we komen en ik zei van Scherpenheuvel"

Pompbediende : "Ik ging vroeger uit met een meisje van Scherpenheuvel. Ze kon ongelooflijk zagen en was ongelooflijk slecht in bed."

Oude vrouw : "Wat zegt 'em ?"

Oude man : "Hij zegt dat 'em u kent."

Een doof echtpaar had ruzie. Man en vrouw stonden mekaar uit te schelden met gebarentaal. Toen werd de man het beu en hij deed het licht uit.

Elke vrijdagavond ontvangt een café-eigenaar het doof vrijgezellenclubje. Als hij op vrijdagochtend ziek blijkt te zijn, belt hij zijn broer op: "Zeg Jan, ik ben ziek. Maar vanavond komt dat doof vrijgezellenclubje, en dat zijn goeie vaste klanten. Dus ik kan het niet maken om het café gesloten te houden. Zou jij vanavond voor mij willen invallen?" Zijn broer vindt het niet erg om in te vallen. Hij gaat van tevoren nog even langs bij Kees om instructies te krijgen. "Het is helemaal niet moeilijk," zegt Kees, "die jongens drinken de hele avond alleen maar bier en borrels. Als ze een vinger opsteken, dan willen ze bier en als ze twee vingers opsteken dan willen ze een borrel. Dat is alles." Die avond gooit Jan het café open, en daar komt de dove club. Jan neemt de bestellingen op: bier, borrel, bier, bier, borrel... Alles gaat goed. Maar plotseling beginnen de doven allemaal met hun hoofden te draaien en met hun monden te happen. Jan weet niet goed wat hij moet doen. Hij gooit 50 frikadellen in de frituur, en serveert daarna broodjes frikadell uit. De doven beginnen te eten, drinken nog wat, en even later beginnen ze weer met hun hoofden te draaien en met hun monden te happen. Ten einde raad belt Jan zijn broer op: "Zeg Kees, in het begin ging het goed, maar nou beginnen ze steeds met hun hoofden te draaien en met hun monden te happen. Ik snap echt niet wat ze willen." "O sorry," zegt Kees, "dat ben ik vergeten te zeggen: dan zitten ze het clublied te zingen."

Een dove man moet naar de w.c. Hij ging naar het damestoilet Een vrouw schrok daarvan. Ze zei tegen die man, dat hij naar de heren- w.c. moest gaan. Nee, zie de dove man. Op de deur staat een letter D voor de Doven en op de andere deur staat de letter H voor de Horenden. Mevrouw's mond viel open van verbazing.

De jager ziet veel vogels op de boom. Hij schiet op alle vogels en die vliegen snel weg, maar één vogel blijft gewoon op de tak zitten. Hoe kan dat nou, dacht de jager? Antwoord: De vogel is doof.

De dokter schreef een hoorapparaat voor, voor één van zijn oudere patiënten. De man zag er tegenop om zo'n ding te dragen, maar toen hij inzag dat het nauwelijks zichtbaar was, besloot hij het toch te proberen. Een maand later kwam hij op controle. "Hoe gaat het?" vroeg de dokter. "Wel, ik heb de afgelopen maand dingen gehoord die ik nog nooit gehoord had," zei hij. "Dat is prachtig!" zei de dokter. "En wat denkt uw familie erover?" "O, ik heb het hen nog niet verteld. Ik amuseer mij rot en heb mijn testament al viermaal veranderd".

Tot slot een grap van Ronald Snijders op 8 mei: Vandaag is weer zo'n dag waarop je bij elke taak die je moet verrichten tegen jezelf kan zeggen: "Ik 8 mei ertoe in staat."

Met vriendelijke groet,

Chris Mathijssen

Tot uw dienst:

E-bike Duo fiets centrale Waspik (EDW)
06-18 89 16 77
Bereikbaar van maandag t/m zaterdag van
09.00 uur tot 13.00 uur

Vervoer- en Boodschappendienst Waspik
06-18 22 56 14
Graag 24 uur van tevoren aanmelden

Sociaal Contact Waspik

Marian van den Berg: 06-18435995
Spreekuur elke woensdag
van 10.00-11.30 uur in Den Bolder

CASADE
tel. 0800 55 222 22

Rijbewijskeuring:

Buurthuis Zanddonk, Willaertpark 2a, Waalwijk

Voor afspraak: Regelzorg tel. 088-2323300

Voor-Keur tel. 085-0607065

Kosten 50,- tot 55,-Euro
geen kortingsregeling

Kosten 50,- Euro geen kortingsregeling

Belangrijke telefoonnummers:

Meldpunt Gemeente	tel. 0416-683456
Meldpunt vrijwillige thuishulp	tel. 0416-333445
Zorgloket Waalwijk	tel. 0416-683456
Mozaïek Waalwijk	tel. 0416-333445

www.stichtingsenioren.nl

Senioren Vereniging Waspik op Facebook

Steeds meer senioren zitten op Facebook. Het is een leuke manier om contact te hebben met uw familie, vrienden en kennissen. Ook blijft u op de hoogte van allerlei leuke nieuwtjes. Uw seniorenvereniging is eveneens actief op Facebook. Dus volg ons! Hoe kunt u ons vinden? Ga naar de website van Senioren Vereniging Waspik. Klik op het Facebook-icoontje en u bent op onze Facebook-pagina. Klik op 'like' en op 'volgen'; u blijft op de hoogte van al het nieuws. U kunt ook via de eigen Facebook-pagina in de zoekbalk intypen: seniorenvereniging waspik. Of u gaat via uw browser naar

<https://www.facebook.com/kbowaspik>



den Doorn
TOTAALINSTALLATEURS

www.dendoorn.nl

Goed voor elkaar

Onze organisatie

Bestuur

Voorzitter Dhr. B. de Graauw	Hof van Polanen 14	tel. 312494
Secretaris Mw. N.van Etten	Hazelaarstraat 8	tel. 314311
Penningmeester Mw. C. Willekens	Schoolstraat 2H	tel. 06-49611122
Leden: Mw. C. de Bruyn	De Roonlaan 23	tel. 06-20632983
Mw. F. Hooijmaijers	Vrouwkенсаartsestraat 12a	tel. 313312
Mw. W. Hooijmaijers	Chopinlaan 2	tel. 06-12916937
Mw. E. Span-Rombouts	Schoolstraat 2A	tel. 311355
Mw. M. van de Berg	Benedenkerkstraat 87	tel. 06-18435995

Onze ouderenadviseurs

Mw. C. de Bruyn	tel. 06-20632983	email: cissydebruyn@wxs.nl
Dhr. B. de Graauw	tel. 312494	email: bertdegrauw46@gmail.com
Dhr. K. Koster	tel. 315150	email: oco@koskeester.nl

Onze belastingpapieren invullers

Dhr. B. de Graauw	tel. 312494	email: bertdegrauw46@gmail.com
Mw. C. de Bruyn	tel. 06-20632983	email: cissydebruyn@wxs.nl

Onze thuisadministrateurs

Dhr. B. de Graauw	tel. 312494	email: bertdegrauw46@gmail.com
Mw. C. de Bruyn	tel. 06-20632983	email: cissydebruyn@wxs.nl

Clïëntondersteuning WMO

Dhr. K. Koster	tel. 315150	email: oco@koskeester.nl
----------------	-------------	--------------------------

Onze activiteitencommissie

Mw. W. Hooijmaijers	Chopinlaan 2	tel. 06-12916937 voorzitter
Mw. D. de Graauw	Hof van Polanen 14	tel. 312494
Mw. E. Span-Rombouts	Schoolstraat 2a	tel. 311355

Wij(k)diensten Waspik

Tel. 06 - 538 77 623

Spreekuur iedere woensdag van 10.00 - 12.00 uur in Den Bolder

iedere donderdag van 13.00 - 14.00 uur in Den Bolder

Coördinatie felicitatiedienst

Mw. E. Span-Rombouts tel. 311355

Contact Casade

Mw. W. Hooijmaijers: tel. 06-12916937 en Mw. C. de Bruyn: tel. 06-20632983

Coördinatie tafeltje dekje: Mw. A. De Bont tel. 0416-311860

Onze vaste activiteiten

Maandagmiddag Koor Zang en Vriendschap	Informatie Dhr. P. Heijmans	tel. 311787
Maandagmiddag Koersbal in 't Schooltje	Informatie Dhr. J. Cornelisse	tel. 315360
Dinsdagmorgen Fitness in Centrum Fysiotherapie	Informatie Mw. F. Hooijmaijers	tel. 313312
Dinsdagmiddag Sjoelen in De Stroming	Informatie Mw. R. Lodewijks	tel. 312673
Dinsdagmiddag Schilderen in Den Bolder	Informatie Mw. B. van Gils	tel. 06-39488592
Dinsdag 1 x per 2 weken Kookclub 't Schooltje	Informatie Mw. A. Kouwenberg	tel. 311071
Donderdagmorgen Meer bewegen in Den Bolder	Informatie Mw. J. van Riel	tel. 311505
Donderdagmiddag Jeu de Boules	Informatie Dhr. H. van Zon	tel. 06-53937206
Rikken en jokeren	Informatie Theo Rekkers	tel. 312630 of 06-10697340
Fietsen Samen wekelijks fietsen	Informatie Mw. J. Smits	tel. 312184



Van Iersel.
huidverzorging

Jouw vertrouwde salon
voor huidverzorging,
huidverbeteren en IPL
ontharen

Maalsteen 19a, 4901 ZZ
in Oosterhout
0162 458919
info@vaniersel.nu
www.vaniersel.nu

WWW.HORSTENMEUBELN.NL

Kwaliteitsmeubels tegen de aller scherpste prijs!

DIVERSE TOPMERKEN NU TOT **25% KORTING**



DE TOEKOMST | TWICE | GRANADA | EN MEER

DE GROOTSTE COLLECTIE **COMFORT BANKEN**



BANKSTEL ZORRO 3+1+1 ZITS
IN STOF MET LEDER ARM VANAF: **€ 2195,-**

DE GROOTSTE COLLECTIE **ZORG- & RELAXSTOELEN**



Relaxstoel Soraya
met **Sta-op hulp**
Normaal: € 1825,-
Nu: € 1445,-

Direct uit voorraad leverbaar

Horsten Meubelen
Kerkvaartsestraat 1
5165 VL Waspik
Tel: 0416-311945

**Gratis
Taxi Service**

Heeft u geen vervoer?



Bel ons!

DIVERSE SLAAPKAMERS & **DEELBARE LEDIKANTEN**



DIVERSE **ZORGBEDDEN**



Horsten Slaapcomfort
't Vaartje 9
5165 NA Waspik
Tel: 0416-312225



Proefpakket
3 maaltijden
15.00
Bestel nu



Met aandacht bereid, met liefde gebracht

Als zelf koken lastig wordt of als u er gewoon niet zo'n zin meer in hebt, dan kookt Maaltijd Thuis voor u. Lekkere gezonde gerechten zoals u zelf ook op tafel zou zetten. De maaltijden worden door een vaste bezorger persoonlijk bij u gebracht. Hoe makkelijk dat is, kunt u nu heel voordelig ontdekken.

Maaltijd 
thuis

Maaltijd Thuis – Smits



013 - 82 00 954



maaltijdthuis.nl

**Service Apotheek
Waesbeek**

Hoe wij u kunnen verzorgen:

Ook kunt u bij ons terecht voor:

- Drogisterij artikelen
- Homeopatische en
- Fytotherapeutische middelen
- Braces

Wilhelminastraat 4, 5165TJ Waspik
• 0416 - 31 37 77 •
info@serviceapotheekwaesbeek.nl

Openingstijden

Maandag t/m vrijdag
9.00 - 12.30 uur
13.00 - 17.30 uur

TIP: Onze afspraakkeuken en Service Apotheek-ruimte zijn altijd open!

Klop Optiek
Raadhuisplein 7 5161 CG Sprang-Capelle

www.kloptiek.nl

Hier uw advertentie?
Informeert u naar de mogelijkheden
Tel. nr. 06-20632983

ROB VAN DER PLAS
FINANCIËEL ADVIES B.V.

* ADMINISTRatieve - EN FISCALE DIENSTVERLENING
* FINANCIËLE PLANNING

Dorpsplein 19 Fax: 0416 - 31 63 62
5165 CJ Waspik Mobiel: 0628 - 41 13 73
Telefoon: 0416 - 31 66 93 E-mail: info@robvanderplas.nl

Bezoek onze website: www.robvanderplas.nl

Bloemenboerderij
De Langendam

Bloemen/Pluktuin/ Excursies/Arrangementen
Workshops/Bloemschikken/Bakken

Voor openingstijden: raadpleeg onze website
Groepen ook welkom buiten openingstijden; maak
hiervoor een afspraak

Een gezellig dagje uit
voor jong en oud

* Vaartje 108, 5165 ND Waspik tel. 0416-312568
www.delangendam.com

**HET ADRES VOOR HET
TOTALE ONDERHOUD
VAN ALLE MERKEN**

**OOK NIEUWERKOOP
VAN ALLE MERKEN!**

VAKGARAGE
Braat Auto's B.V.
Raadhuisstraat 11 - Sprang-Capelle
T. 0416-272753 - www.autobraat.nl

**CHEVROLET
SPECIALIST**

KIA SPECIALIST

**Wij helpen je
met liefde
afscheid te nemen**

0416 - 851 405 (dag & nacht)

Ron Colette Mieke Lowie Robin

VAN GORP
UITVAARTZORG
liefde verbindt ons

VAN GORP UITVAARTZORG | HOOFDSTRAAT 32 | 5171 DD KAATSHEUVEL

Ook als je bij Ardanta, Dela of elders verzekerd bent

MODE

Bij ♀

ANNELOES

Kerkstraat 9 - 5165 CE WASPIK
Webshop: www.modebijanneloes.nl



**Wij voldoen aan de Corona-eisen,
bel voor een afspraak.**

Gun uzelf het genot van professioneel zitcomfort

Wilt u iedere dag heerlijk zitten en gemakkelijk opstaan?

Kies dan voor:

- 100% maatwerk
- zitten, relaxen, rusten en gemakkelijk opstaan
- unieke kantelverstelling
- individueel instelbare rugondersteuning
- gebaseerd op wetenschappelijk onderzoek
- volledig ergonomisch verantwoord
- echt Nederlands kwaliteitsproduct
- 10 jaar garantie waarborg



- 1 Zithoogte
- 2 Zitdiepte
- 3 Armleningshoogte
- 4 Lendensteun
- 5 Zithoek

**Nieuw van Fitform
fitMOTION**

Een uniek gezond bewegingssysteem, voor mensen die veel zitten.

Wilt u het comfort van Fitform en fitMotion zelf ervaren en een persoonlijk zitadvies ontvangen? Bezoek onze winkel of bel ons voor een huisbezoek.

Uw Fitform dealer:



De Seniorenwinkel Kaatsheuvel

Jan de Rooijstraat 1A - T 0416-279944

Geopend: dinsdag t/m vrijdag 10.00-16.00 uur en maandag en zaterdag op afspraak open.

www.deseniorenwinkel.nl

Vos Capelle
Voor een gezonde groei van bomen, planten en gras

PLUS
Picokrie - Waspik

PLUS
Picokrie - Waspik

Voor al uw financiële en/of verzekeringsvragen kunt u contact opnemen met

THEUNS
Assurantien en Hypotheken B.V.

Adviseur Andrew Theuns

Adres	Louis Pasteurstraat 15 5165 EM WASPIK	Telefoonnr.	0416 - 31 54 32
Email	info@theuns-assurantien.nl	Mobielnr.	06 - 23 925 626
		Website	www.theuns-assurantien.nl

Een hoortoestel valt minder op dan slecht horen!

Bel ons voor een hoortest!
U wordt gemeten volgens de RIVM richtlijnen

Brabant Oor
horen · verstaan · communiceren

Bloemenoordplein 38a
5143 TC Waalwijk
T 0416 77 86 60
www.brabantoor.nl

medisch pedicure praktijk
Margó Theuns

Louis Pasteurstraat 15 5165 EM WASPIK Tel.nr. 0416-315413