

Van de bestuurstafel



Het nieuwe jaar is van start gegaan en in Sambeek keren we terug naar de normale dingen. Het is louwmaand. Vroeger werd er in deze maand het leer gelooit. Sambeek was begin deze maand vaak in de mist gehuld, zodat ik vanuit mijn tuin de toren niet eens kon zien.

Jullie hebben nog te goed de oplossing van: wie schreef wat? Iedereen zal Flappie herkend hebben. Kraamschudd'n was afkomstig van cabaretier Herman Finkers. Het fragment uit het gedicht was van Toon Hermans en het laatste stukje over de regels rondom Sinterklaas was geschreven door Japke.D. Bouma. Zij is columnist bij een landelijke krant. Recentelijk schreef zij een komisch bedoeld stuk over senioren vandaag de dag. Dat is ook te lezen als je een abonnement hebt op de nieuwsbrief van het Seniorenjournaal. Het papieren stukje kun je eventueel ook bij Wendy opvragen.

Voor onze vereniging is het nieuwe activiteitenjaar begonnen. De nieuwjaarsborrel was op 8 januari jl. Zoals gebruikelijk had Ruud oliebolle besteld, ook het glaasje advocaat of Schröbbeler ontbrak niet, of voor wie liever geen alcohol wilde, jus d'orange. Er werd al snel een kring gemaakt van tafels en stoelen zodat er gezellig bijgepraat kon worden. Oliebollen waren er uiteindelijk meer dan genoeg, want er waren slechts 27 personen gekomen. Uit naam van Gerrit Biersteker sprak ik de aanwezigen toe in een kort woordje en natuurlijk een toast op het nieuwe jaar.

De foyer ('t Huus) is natuurlijk heel gezellig om even wat te drinken; echter het is ook een openbare ruimte dus zodoende waren er ook andere mensen in de foyer. Voor alle betrokkenen is het ook nog wennen aan de nieuwe situatie. Bijna alles is mogelijk in de Duvelshof!

Onze volgende bijeenkomst is de themamiddag over digitale veiligheid op maandagmiddag 3 februari, aanvang 14.00 uur. (Zaal de Linde) Verderop in deze Even Bijpraten staat er meer over te lezen. Het is een zeer actueel thema. Een voorbeeld: ons eigen email-account krijgt regelmatig berichten om ons te proberen op te lichten. Goed opletten wie de afzender is, blijft heel belangrijk!!

"Ons mail magazine" schrijft er ook al over. Een aanrader om te komen.

Als extra activiteit in samenwerking met de K.V.B. is er een infoavond over de Herstelkliniek op woensdagavond 19 februari, aanvang 19.30 uur (zaal Patronaat) Meer info hierover verderop.

Natuurlijk ook in februari het: Gries en nie Wies bal op zondag 23 februari in de Duvelshof. Aanvang 13.30 uur.

Het bestuur is volop bezig om de jaarvergadering voor te bereiden. Deze vergadering is belangrijk voor alle leden van onze vereniging. Vorig jaar zijn er nieuwe verenigingsstatuten gekomen voor: Seniorennetwerk Brabant Zeeland. Wij als Senioren Vereniging Sambeek krijgen ook nieuwe statuten. De bedoeling is dat iedereen tijdig op de hoogte is van deze nieuwe statuten. Ruud heeft het concept van onze statuten klaar. Deze zullen op onze website geplaatst worden.

[Vervolg pagina 2](#)

Inhoud

1. Bestuurstafel, Inhoud, Lief & Leed, Colofon
2. Vervolg Bestuurstafel, ONS en EvenBijpraten, Gries en nie wies, mobiele telefonie, digitale veiligheid, herstelkliniek Pantein
3. Ingezonden, Senioren Journaal, BiblioPlus
4. Foto's v.d. maand, activiteiten kalender.
Volgende Even Bijpraten 24-2-'25

Van harte

Vanaf deze plaats feliciteren we leden, die in de komende periode hun verjaardag vieren

Lief & Leed

Nieuwe leden

Kid en Heli Jeckmans, Zandsteeg 1, lid vanaf 30-12-2024

Overleden

Mevr. Philipse - Denissen, 17-12-2024, 89 jaar, lid vanaf 01-01-1997

Mevr. van Els-van Casteren, 22-12-2024, 88 jaar, lid vanaf 04-04-2006

Beterschap

Alle leden die kampen met ziekte e.d. sterkte en een voorspoedig herstel

In herinnering

Wij wensen families, vrienden en kennissen van hen die de afgelopen periode zijn overleden, veel sterkte



Er is geen aangename val dan carnaval



Mobile Telefoon apps en instellingen >

vervolg op de vorige basiscursus mobiele telefonie

We hebben goed nieuws. Vanuit BiblioPlus Informatiepunt in de Gemeente Land van Cuijk hebben we bericht ontvangen dat ze dit jaar weer nieuwe workshops Mobile Telefoon apps en instellingen > vervolg op de vorige basiscursus mobiele telefonie mogen aanbieden op de locatie Duvelshof.

Het is een workshop die iets verder/dieper gaat dan de basis mobiel cursus. Het is ook maar één sessie dus. We gaan in op een aantal belangrijke en interessante apps en we kijken naar wat meer belangrijke instellingen/mogelijkheden op je smartphone. De workshop is gratis en wordt gegeven door Anton Honing.

Voor het volgen van deze cursus is het niet nodig om de basis cursus te hebben gevolgd, indien u belangstellend bent is dat voldoende.

Deze workshop zal op woensdagochtend of donderdagochtend worden gegeven. Tijdstop is van 10.00 tot 12.00 uur in maart exacte datum wordt nog nader bepaald.

U kunt zich aanmelden voor deze workshop door te mailen naar rvanbree@home.nl of bellen met Ruud van Bree 06-46042069 of een Whats-app of een brief je in de bus op Zandsteeg 2 mag ook.

Geef hierbij wel aan of u een voorkeur heeft voor woensdagochtend of donderdagochtend.

Voorlichtingsbijeenkomst Digitale Veiligheid



Voorlichtingsbijeenkomst voor alle inwoners in Sambeek

De gemeente is samen met politie een project gestart om voorlichtingsbijeenkomsten voor digitale veiligheid aan senioren te geven.

Deze voorlichtingsbijeenkomsten duurt 1 tot 1,5 uur. Voor deze bijeenkomsten wordt ook de bibliotheek en Mooiland gevraagd om aanwezig te zijn, want deze partners kunnen op het vlak van digitale veiligheid hulp en ondersteuning bieden.

De Dorpsraad en de Senioren Sambeek organiseren op maandag 3 februari 2025 om 14.00 uur deze bijeenkomst in de Duvelshof zaal De Linde, u bent van harte uitgenodigd om hierbij aanwezig te zijn, deze bijeenkomst is voor iedereen toegankelijk.

Voorlichtingsavond Herstelkliniek Pantein

De KVB en de Senioren Sambeek organiseren een voorlichtingsavond over de Herstelkliniek (voorheen Madeleine).

Een aantal inwoners van Sambeek heeft al kennis gemaakt met de Herstelkliniek en sommigen zijn er ook opgenomen geweest. Toch merken we dat er veel onduidelijkheden en vragen zijn omtrent de functie van de kliniek. Wij hebben daarom Helma Schraven gevraagd om uitleg te komen geven. Helma is de manager van de Herstelkliniek. Zij zal o.a. vertellen over de doelstelling van de kliniek. Voor wie is het, wanneer ga je er naar toe, wat zijn de behandelingen. Kortom wat mag je ervan verwachten. De voorlichtingsavond is behalve voor de leden van de KVB en Seniorenvereniging voor iedereen toegankelijk. Vroeg of laat kunnen we allemaal iets te maken krijgen met de Herstelkliniek.

Deze interessante avond vindt plaats op 19 februari in de Duvelshof en begint om 19.30 uur. De toegang is gratis evenals de koffie/thee de overige consumpties zijn wel voor eigen rekening.



Bij de jaarvergadering moet er over deze nieuwe statuten worden gestemd.

Wij gaan dan van naam veranderen en gaan dan officieel heten:

“Senioren Vereniging Sambeek”

Een naam die we al lang hanteren.

De jaarvergadering is op

vrijdag 28 maart in de Duvelshof,

aanvang 14.00 uur (zaal Patronaat)

De uitnodiging voor de

jaarvergadering zal als bijlage in de

EB van februari zitten. Gastspreker

die middag zal oud notaris Dré

Teeuwen zijn, die ons komt vertellen

over het levenstestament en andere

notariële zaken.

In een oude map vond ik nog allerlei

info over testamenten verzameld door

oud-secretaris v.d. Geer.

Dit thema komt dus regelmatig terug

binnen onze vereniging.

Jan Derikx heeft voor dit nummer een paar bijdragen gestuurd. Daar zijn we heel blij mee want:

“de lezer bepaalt de artikelen”

Jan bedankt dus.

Met vriendelijke groet

namens het bestuur, Wendy Mekking.

50+gries en nie wies

Zondag 23 februari om 13.30 uur is er een geweldig feestje gepland **voor alle vieftigplussers.**

Een middag om gezellig bij te praten met achtergrondmuziek van one-man entertainer G'woon Jan (Hendriks).

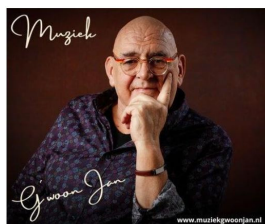
Onder het genot van een hapje kan er ook genoten worden van zijn brede muziekrepertoire.

Daarnaast zal het podium in Duvelshof gevuld worden met enkele leuke en verrassende optredens.

Dus, mensen, kom gezellig naar deze middag. Nodig je buurvrouw, buurman, familie of ieder die van gezelligheid houdt, uit om te genieten van dit gezellige

Knoepersbal onder aanvoering van prins

Eddy en zijn gevolg: vieftig-plus-gries-en-nie-wies-bal.



Bejaarde mensen zijn dikwijls wijze mensen

In hoogstaande culturen heeft men steeds de grootste eerbied gehad voor bejaarde mensen, voor de ouderen, de oudsten. Meestal hadden zij alles te zeggen! In elk geval werden ze telkens geraadpleegd!

Onze tijd heeft van 'oude mensen' een probleem gemaakt. Dat is vreemd en een teken van verarming! In onze gekke maatschappij worden de mensen opgedeeld.

De bejaarde mensen behoren tot de onproductieve. Ze worden dikwijls gewoon 'afgeschreven', zoals machines en materialen. In de productiewereld heeft men het over afvoer van personeel, van 'mensenmateriaal'!

Men heeft het over problemen van huisvesting, het opbergen en bezighouden van oude mensen, maar nooit over de fantastische bijdrage die ze kunnen leveren in familieverband, groepsverband, bedrijfsleven, in elke gemeenschap, soms alleen al door hun stille, wijze aanwezigheid!

We maken ons wijs dat we leven, omdat we jachtig voorthollen alsof we geen minuut te verliezen hadden. Bejaarde mensen zijn kostbare mensen, die ons vooral de betrekkelijkheid van vele dingen leren.

Ze zijn mild geworden en maken zich geen illusies meer. Ze kijken dieper, zijn innerlijk gaan leven en genieten van de geestelijke waarden.

Wijze mensen. Rustige mensen. Mensen vol humor!

(Bloemen van geluk Phil. Bosmans)

Ingezonden door Jan Derikx

Stilte

Woord dat voor ieder eigen associaties oproept. In haar schuilt een diepe werkzame kracht. Stilte maakt aandachtig, roept eerbied wakker. Stilte doet thuiskomen bij jezelf, ziet de ander vanuit eerbied. Stilte als dragende kracht van werken en spreken, van aandachtig leven. Stilte geschenk om-niet gegeven.

In het huis vindt u verschillende stilte-plaatsen, stiltepunten om even halt te houden. Even een pas op de plaats maken tussen het werk, of, zomaar om een stilte-spreuk te lezen. We hopen dat u in een moment van stilte even kan genieten, herademen. (JanD)

Het verhaal

'Ik heb op je gewacht,' zei het verhaal.

'Op mij?' vroeg de pen en keek verbaasd.

'Ja, op jou,' antwoordde het verhaal,
'ik heb je nodig.'

'Waarvoor?' wou de pen weten.

'Het is tijd dat ik word opgeschreven,'
zei het verhaal.

'Tijd?' sprak de pen bedachtzaam.
'Wat is dat eigenlijk?'

'Tijd is wat je nodig hebt als
je iets moet doen en tijd is wat je vergeet
als je iets doet wat je heel graag wilt doen.'

'In dat geval heb ik wel tijd voor jou,'
zei de pen. 'Ben je lang of kort?'

'Kort,' zei het verhaal,
'dus het is zo gebeurd.'

'Dat is mooi,' besloot de pen
en het verhaal stond op papier.

(JanD)

BiblioPlus

Ok dit jaar willen we mensen graag weer helpen en informeren rond geldzaken. Een overzicht van geldactiviteiten de komende tijd vindt u in de flyer als bijlage. Graag breng ik de activiteiten van deze maand onder uw aandacht:

- Donderdag 23 januari: Ga financieel fit het nieuwe jaar in. Budgetcoach Carolien Vos geeft tips.
<https://biblioplus.op-shop.nl/13386/financieel-fit-het-nieuw-jaar-in/23-01-2025>

De bijeenkomsten zijn gratis toegankelijk. Vooraf aanmelden is wenselijk. De bijeenkomsten zijn ofwel in Boxmeer of in Cuijk.

- Dinsdag 28 januari: Workshop Hulp bij Digitaal bankieren. Informatiebijeenkomst door Bankinformatiepunt (namens alle banken) <https://biblioplus.op-shop.nl/13386/financieel-fit-het-nieuw-jaar-in/23-01-2025>
- Donderdag 30 januari: Theatervoorstelling 'Trap er niet in', eerste hulp bij Babeltrucs.
<https://biblioplus.op-shop.nl/13256/theatervoorstelling-trap-er-niet-in-eerste-hulp-bij-babeltrucs/30-01-2025>

Wij raden geïnteresseerden aan om op de website van de bibliotheek te kijken. Er is een folder beschikbaar.

Niet elk kerkdorp eigen seniorenbestuur

De verenigingen van ouderen in drie kerkdorpen van de gemeente Bladel bundelen in het nieuwe jaar hun krachten in één nieuwe organisatie: Senioren Samen. De bestuurlijke samenvoeging is vooral ingegeven door een tekort aan bestuursleden.

Vallen neemt vooral toe in zorginstellingen

Volgens het CBS klopt het beeld niet dat de toename van valpartijen te maken heeft met uitgekleden zorg en steeds langer thuis wonen. 'De sterkste toename zien we juist bij mensen die in een zorginstelling wonen. Vooral bij mensen met dementie.'

Praat niet de hele dag over je staaroperatie

2025 is het jaar waarin er, voor het eerst sinds 1900, meer 65-plussers zijn dan 20-minners in ons land. Geen reden om ongerust te worden, vindt NRC's Japke-d. Bouma: Wél reden voor wat gedragsregels voor 65-plussers. 'Stop met klagen over je pensioen.'

Excuses aan alle ouderen die ik kwetste

Vorige week schreef Japke-d. Bouma over gedragsregels voor ouderen. Ze kreeg zoveel woedende reacties, dat ze nederig haar excuses maakt. En nu met gedragsregels voor jongeren komt: Werk aan je spelling, ga naar je werk, leer je band plakken.



Stilte



Het verhaal

Foto's van de maand

Nog meer foto's op de website
Heeft U ook nog foto's
die kunnen er nog wel bij.

Nieuwjaarsborrel

Gelukkig en gezond 2025



2025 Kalender

Datum	Dag	Februari
3	Ma	Thema Digitale Veiligheid Duvelshof 14.00 uur
10	Ma	Bestuursvergadering 14.00 uur
19	Wo	Info Avond Herstelkliniek Duvelshof 19.30 uur
23	Zo	Gries en nie WIES 13.30 uur Duvelshof zaal Patronaat
24	Ma	ONS (editie) Maart

Datum Dag Maart

10	Ma	Kringraadverg. 09.30-12.00 uur
10	Ma	Activiteit (Muziek Bingo) Duvelshof 14.00 uur
11	Di	Bestuursvergadering 09.30 uur
24	Ma	ONS (editie) April
28	Vr	Jaarvergadering 14.00 uur Duvelshof en aansluitend
28	Vr	Activiteit Thema Levenstestament Dré Teeuwen

2025 Kalender

Datum	Dag	HELE JAAR DOOR
		Fietsen: Elke Dinsdag 13.30 vertrek Pastoor de Vochtplein
		Jeu de Boules: Elke Maandag 13.30 achter kantine voetbalclub
		Jeu de Boules: Elke Donrdag 13.30 achter kantine voetbalclub
		SWO activiteiten:
		Maandag morgen: Bewegen voor ouderen
		Dinsdag morgen: Zit Yoga
		Woensdag middag: Koersballen
		Donderdag morgen: Yoga
		Donderdag middag: Kaarten
		Donderdag middag: Huuskamer
		Dinsdag middag: Bootcamp (Knilles - Vortum Mullem)
		Alle dagen Biljarten in de foyer - Duvelshof

