

## Van de bestuurstafel



December is de maand van de drukke dagen, feesten, vieringen en noem maar op. Tegenwoordig lopen het Sinterklaasfeest en het Kerstfeest naast elkaar. De dagen worden nog steeds korter totdat de zon de keerkring heeft bereikt en we weer mogen gaan uitkijken naar het licht. Het weer laat zich van een lenteachtige kant zien. Temperaturen zijn boven de 10 graden. Kortom; koning winter is nog ver te zoeken.

Voor Seniorenvereniging Sambeek staat de kerstviering voor de deur. Een hoogtepunt in ons jaar. We verwachten 139 deelnemers! De voorbereidingen voor de viering zijn in volle gang. De kerststukjes worden weer gemaakt. Vrijdagochtend wordt de zaal in gereedheid gebracht. Tafels gedekt, alles versierd. Gelukkig zijn er veel mensen die helpen om dit voor elkaar te krijgen en daar is het bestuur zeer dankbaar voor.

Het African Magic Choir zal zeker mooie liederen ten gehore brengen.

Ik heb eens gekeken hoe in b.v. Kenia kerst gevierd wordt. Twee zaken vielen mij op. Terwijl wij met kerst ook wel cadeaus geven is dat in Kenia niet belangrijk. Daar gaat het om dat wat je geeft en niet om dat wat je krijgt. Een ander belangrijk aspect is dat kerst in het teken staat van vieren met de familie. Familie zoekt elkaar op en reist soms van heel ver om bij elkaar te kunnen zijn.

Het gebruik van de gezamenlijke maaltijd is een hoogtepunt van de viering.

Terug naar Sambeek. Bij onze viering zal de gezamenlijke maaltijd zeker een hoogtepunt van de viering zijn.

Wij willen nogmaals jullie aandacht vragen voor de actie:

Spieren voor Spieren. De actie van Serious Request.

Senioren Brabant Zeeland doet hieraan mee.

Wij zullen tijdens de viering collectebussen hebben staan.



Als deze Even Bijpraten bij jullie in de bus valt is alles alweer achter de rug. Dan hebben we nog op **28 december** onze infomiddag met andere verenigingen in de Duvelshof. Wij willen ons daar laten zien. Wie zijn we en wat doen we en wat kun je van Seniorenvereniging Sambeek verwachten. Het zijn b.v. niet alleen de activiteiten voor de ontspanning en gezelligheid maar ook hulp bieden op allerlei gebied. Zoals b.v. hulp van ouderenadviseurs. Het voert te ver om hier een opsomming te maken. Het bestuur zou zeggen kom ons opzoeken op deze middag.



De dorpsraad houdt in januari een nieuwjaarsbijeenkomst. Wij bevelen die van harte aan.

Voor ons staat er een kien middag op het programma in januari. Dit is maandagmiddag **19 januari** om 14.00 uur. Mocht je mee willen doen laat dat dan even weten d.m.v. een telefoontje of mailtje naar een van de bestuursleden. Dat weten we ongeveer hoeveel mensen er komen en passen de prijsjes daarop aan.

Zoals altijd ontvangen jullie de Even Bijpraten op papier, echter het is mogelijk om deze digitaal te ontvangen. Er zijn leden die buiten Sambeek wonen die daar prijs op stellen. Laat het ons weten. Daarnaast staat de E.B. natuurlijk ook op onze website. In deze uitgave stelt Marcel van Keijsteren zich aan jullie voor. Hij is ons nieuwe bestuurslid.

De lezer bepaalt de artikelen, dus laat van je horen bij bestuur of in de brievenbus pst.v.berkelstr 66 Redactie pietkoeken 0485-574483 [e-mail: info@sv-sambeek.nl](mailto:info@sv-sambeek.nl)

copy is welkom, aanleveren één week voor de verspreiding

Actueel nieuws leest U op onze [website: www.sv-sambeek.nl](http://www.sv-sambeek.nl) en [facebook](https://www.facebook.com/sv.sambeek)

## Inhoud

1. Bestuurstafel, Inhoud, Lief & Leed, Colofon.
2. Senioren Journaal, Kerstgedachten van J.D.,
3. Digitale hulp aan huis, Spieren voor Spieren, Kerstviering 2025 J.B.
4. Foto's v.d. maand, agenda. *Nieuw bestuurslid.*

*Volgende Even Bijpraten 26-01-2026*

## Nieuwe leden

**Annie van den Hoogen**  
Weijerstaete 243  
lid vanaf: 24-11-2025

**Anneke Stiphout**  
Sint Janslaan 4a  
lid vanaf: 24-11-2025

## 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



We zijn er erg blij mee. We heten hem van harte welkom en wensen hem veel succes. Hij stelt zich verderop aan jullie voor.

Een verslagje van de kerstviering schrijft Toos Buurman voor ons. Alvast dank Toos. Bij de kerstviering hebben jullie ook de jaarkalender gekregen met de activiteiten die we gaan ondernemen. Een handig bewaarexemplaar!

Natuurlijk heeft Jan Derikx weer gezorgd voor passende stukjes rondom kerst. Dank je wel hiervoor.

**Fijne feestdagen**  
Het bestuur van Senioren Sambeek wil jullie danken voor: jullie aanwezigheid, hulp, opmerkingen en steun.

**Wij wensen jullie een Zalig Kerstfeest en een mooi en goed 2026.**



## Meer doden in het verkeer verwacht

Er zijn zo snel mogelijk extra maatregelen nodig om het verkeer veiliger te maken. Vooral onder fietsers en ouderen zal het aantal [verkeersslachtoffers](#) stijgen. Ook bij het toenemende aantal scootmobielgebruikers zijn meer slachtoffers te verwachten.

## Goed doen lukt beter zonder moeten

Bijna de helft van de Nederlanders doet [vrijwilligerswerk](#), maar wel steeds vaker op flexibele basis.. Het flexconcept slaat aan: 'We worden overspoeld.'

## Met technologie betere dementiezorg thuis

Een betere diagnose bij dementie en zorg op maat door digitale hulpmiddelen in de thuissituatie. Dat wordt beoogd met het [Digitale Dementie Lab](#) van het Alzheimercentrum Erasmus MC.

## Ik vind sommige ouderen ook asociaal

'Het valt me op dat senioren zich soms helemaal niet zo netjes gedragen', zegt een 75-jarige in 'een [generatie-gesprek](#) met een 22-jarige die vertelt wel vooroordelen te hebben over ouderen.

## Stralingcontrole blijkt babbeltruc

Ding dong. Er is een melding van gevaarlijke straling in uw huis; het water is mogelijk vergiftigd of er zit [asbest](#) in het pand. 'Als we niets doen, moet u verhuizen.' Steeds weer nieuwe babbeltrucs.

## Zorgen over de zorgzame samenleving [Wat is nodig voor optimale steun](#)

De Raad van Ouderen kan hierover een advies uitbrengen waarvan de kern is:

- Welke grenzen geven naasten, buurtbewoners en vrijwilligers aan, als zij ouderen in de wijk ondersteunen?
- Wat hebben zij nodig om optimaal steun te kunnen bieden aan ouderen in een kwetsbare positie?
- Hoe kunnen zorgorganisaties, overheden en zorgverzekeraars inspelen op deze ervaren grenzen?

Nog even en we vieren weer kerstfeest: een jaarlijks terugkerend feest waarin we de geboorte van Gods Zoon vieren. We horen weer het traditionele lied: Gloria in excelsis Deo.

*Dat roept bij mij herinneringen op in de kersttijd toen ik deel uitmaakte van het knapenkor 'De Zangertjes van Sint Jan Sambeek' in de periode van 1947-1953. Samen met het grote mannenkoor was er altijd een prachtige vijfstemmige kerstnachtviering die om 04.00 uur begon. En dan om 10.00 uur weer de meerstemmige Hoogmis. Wat een tijd vergeleken met kerstvieringen van nu.*

De engel Gabriël bracht de boodschap aan Maria. Zij was de uitverkorene om moeder te worden van de lang verwachte Messias, God's Zoon. Wie was die engel? Gelezen: in het evangelie van Matteüs staat iets over de aankondiging door een engel. Ook in Psalm 91- 11. Hier staat: 'Hij vertrouwt je toe aan zijn engelen die over je waken, waar je ook gaat. Hun handen zullen je dragen'. Wij kennen veel associaties met het woord engel. In het afgelopen jaar is het lied 'Engelbewaarder' van Marco Schuitmaker bij ons zeer populair geworden. We hebben allemaal wel een ervaring met een engelbewaarder. Deze engel behoedt ons voor het kwaad. In de kersttijd is de engel de boodschapper en zingen we kerstliederen met engelenzang. Er zijn 4 aartsengelen uit een oud joods gebed. Hun kwaliteit zit in hun naam: · Michaël (wie is als God) · Gabriël (kracht van God) · Uriël (oerlicht van God) · Rafaël (God geneest).

Sommige mensen sparen engeltjes, nostalgie en het geeft een soort veilig gevoel. Zeker in onze onrustige wereld van nu kan het ons steun en veiligheid geven. Laat het Gloria in Excelsis Deo. . . .

Vrede op aarde weer klinken. (J.D)



## Tegenstrijdige gevoelens in de Kersttijd

Nog even en dan zal op allerlei plekken op de wereld weer een schakel aan een oude traditie worden toegevoegd. Een traditie die eeuwen geleden begonnen zou zijn met een échte os, een échte ezel en een échte kribbe, in de kerstnacht bij elkaar gebracht in een grot in een Toscaans bos, ergens tussen Rome en Assisi.

Nog steeds worden ieder jaar in december de stoffige verpakkingen in allerlei maten en soorten tevoorschijn gehaald uit hun bergplaats: het jaarlijkse ritueel van het plaatsen van de kerststal kan beginnen. En als de stal – in combinatie met een opgetuigde (kunst)kerstboom – eenmaal staat, is het feitelijk al een beetje Kerstmis.

Kerstmis: een christelijk eindejaarsfeest dat vaak allerlei tegenstrijdige gevoelens wakker maakt. Enerzijds roept het associaties van gezelligheid en intimiteit op, anderzijds gevoelens van onmacht en schijnheiligheid, wanneer je nog steeds wordt geconfronteerd met wereldwijde conflictsituaties en onrechtvaardige toestanden die de vrede op aarde verder weg doen lijken te zijn dan ooit.



Desondanks vieren we (bijna allemaal) ieder jaar weer Kerstmis.

Natuurlijk is er geen enkel bezwaar om je tijdig op Kerstmis voor te bereiden. Kerstmis appelleert nu eenmaal aan hele diepe, onuitroeibare verlangens in onszelf: het verlangen naar vrede en gerechtigheid in de wereld, naar geborgenheid, tederheid en liefde.

Maar tegelijkertijd biedt Kerstmis een uitgelezen mogelijkheid om de wereld met open vizier tegemoet te treden en de ogen niet te sluiten voor de vaak harde werkelijkheid van vandaag de dag.

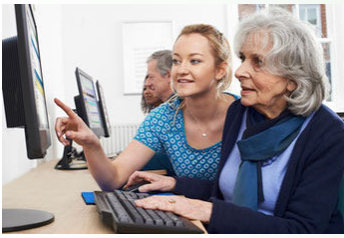
**Fijne kerstdagen, een goede jaarwisseling,  
vrede en alle goeds voor het nieuwe jaar 2026.**

(J.D)



## Ondersteuning bij u thuis

Niet voor iedereen is het makkelijk de computer, smartphone, tablet of tv goed in te stellen.



Ook de digitalisering vanuit overheid, gezondheidszorg en bedrijven kan lastig zijn. Ouderen willen graag op hun tempo en het liefst achter hun eigen scherm geholpen worden. Daarom bieden vrijwilligers van **Welzijn Ouderen Boxmeer** gratis computer- en telefoonhulp aan huis.

[Lees meer op onze website](#)

## Spieren voor Spieren



Senioren Brabant Zeeland steunt de actie van Serious Request die dit jaar het glazen huis in Den Bosch heeft staan.

Aan de afdelingen is gevraagd deze actie ook te ondersteunen.

Vrijdag bij de kerstviering van onze vereniging stonden er twee collectebussen klaar voor Spieren voor Spieren.

Deze collecte heeft

**€267,40**

opgebracht.

Een mooi bedrag.

Alle gevers heel hartelijk bedankt!



Hallo, senioren van Sambeek

Ik heb het al eens gezegd,  
wij wonen in Boxmeer maar komen thuis in Sambeek.

Zo kwamen we vandaag de 12<sup>e</sup> december voor een geweldig mooie kerstmiddag. Nog wel bijna twee weken verwijderd van het echte kerstgebeuren maar de kerstsfeer was er zeer zeker.

Gerrit sprak het openingswoord en proostte met, en op de senioren van Sambeek met een heerlijk glaasje bubbels.

Roger had weer een hele mooie overweging waar we allemaal onze gedachten over konden laten gaan met weer, zoals ieder jaar de hoop op vrede. Mooi verwoord en in een vervangende tekst van het lied, midden in de winter nacht werden we nog eens aan het denken gezet over al de ellende in de wereld. Eeuwenlang wordt al voorspeld er zal vrede komen, maar we zien nog veel geweld, kunnen hooguit dromen. Zet jezelf daarvoor in, let op mensen in jouw kring. Sta met woord en daad in je buurt paraat, wordt het goed, ja heel goed om hier saam te leven en ontstaat er vrede.

The African Magic Choir zongen de Afrikaanse sterren van de hemel.



Als je met gesloten ogen luisterde vergat je dat er een 20-tal blonde dames uit IJsselstein hun mooiste Afrikaanse liederen zongen onder leiding van een enthousiaste Fred Kanyike. Met een heerlijk glaasje wijn op waande je je een beetje in Kenia Oost-Afrika.

De middag werd voortgezet met een gezellige en luxe koffietafel, afgesloten met het heerlijke toetje van Henk.



Zo geweldig verzorgd door al die vrijwilligers. Hoe kan het toch die prachtige eensgezindheid, eendracht, harmonie, het samen doen als in ons Sambeek. Kunnen we niet een paar wereldleiders uitnodigen om ze eens te laten zien hoe het ook zou kunnen?

Ik wens jullie allen hele fijne kerstdagen en voor het nieuwe jaar veel geluk, gezondheid en voor sommige veel kracht en liefde.

(T.B.)



## Foto's van de maand

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

### Kerststukjes maken

### The African Magic Choir

### De mens geniet.

### De zaal, welkom, kerstviering

| 2025 Kalender |                                              | 2026 Kalender     |                                                   |
|---------------|----------------------------------------------|-------------------|---------------------------------------------------|
| Datum         | Dag                                          | Datum             | Dag                                               |
| December      |                                              | HELE JAAR DOOR    |                                                   |
| 16 Ma         | ONS (editie) Januari 2026                    | Fietsen:          | Elke Dinsdag 13.30 vertrek Pastoor de Voichtplein |
| 28 Zo         | Info middag Duvelshof Sambeekse Verenigingen | Jeu de Boules:    | Elke Maandag 13.30 achter kantine voetbalclub     |
| 2026          |                                              | Jeu de Boules:    | Elke Donderdag 13.30 achter kantine voetbalclub   |
| Januari       |                                              | SWO activiteiten: |                                                   |
| 13 Di         | Seniorenexpo (Veldhoven)                     | Maandag morgen:   | Bewegen voor ouderen                              |
| 14 Wo         | Seniorenexpo (Veldhoven)                     | Dinsdag morgen:   | Zit Yoga                                          |
| 15 Do         | Seniorenexpo (Veldhoven)                     | Woensdag middag:  | Koersballen                                       |
| 18 Vr         | Seniorenexpo (Veldhoven)                     | Donderdag morgen: | Yoga                                              |
| 17 Za         | Seniorenexpo (Veldhoven)                     | Donderdag middag: | Kaarten                                           |
| 18 Zo         | Seniorenexpo (Veldhoven)                     | Donderdag middag: | Huuskamer                                         |
| 19 Ma         | Klanten Duvelshof aanvang 14.00 uur          | Dinsdag middag:   | Bootcamp (Knifles - Vortum Muisen)                |
| 20 Di         | Rond de Toren                                |                   |                                                   |
| 26 Ma         | ONS editie februari                          | Alle dagen        | Bijzaten in de foyer - Duvelshof                  |

### Nieuwbestuurslid

Beste senioren,  
Graag wil ik me even  
voorstellen.

Mijn naam is Marcel van  
Keijsteren, aangetreden  
als nieuw bestuurslid.  
Getrouwd met Ellen van Dartel en wij wo-  
nen sinds 1992 in Sambeek. Samen hebben  
we 3 kinderen en 4 kleinkinderen.  
In mijn carrière heb ik altijd een link ge-  
had met het zeer brede begrip "ICT"  
De laatste 4 jaar ben ik tevens vrijwilliger  
als energiecoach voor Land van Cuijk. Mijn  
hobby's zijn wandelen, fietsen, klussen....  
Ik hoop een waardevolle bijdrage te kun-  
nen leveren aan de seniorenvereniging  
Sambeek.



In 2026 komt ONS en Even Bijpraten uit in de week van: 26 januari – 23 februari – 23 maart – 20 april – 18 mei – 22 juni – 24 augustus – 21 september – 26 oktober – 23 november – 14 december 2026 (januarinummer 2027)