

SENIOREN BUDEL



Nieuwsflits

Jaargang 25
nr. 2
februari 2021

REDACTIE en SECRETARIAAT

Brigit Roozen
Winkelmolenstraat 12,
6021 XP Budel
T **0495 492519**
E seniorenbudel@outlook.com
W seniorenbudel.nl
IBAN NL 57 RABO 0109 5228 93

Onze activiteiten vinden plaats in

Multifunctioneel Centrum De Borgh
Dr. Ant. Mathijsenstraat 15
6021 CK Budel
T **0495 491750**
tenzij anders vermeld

KOPIJ

De Nieuwsflits is van, voor en door onze leden. Wees daarom vrij om zelf ook tekst (kopij) op te sturen. Ingestuurde teksten kunnen om redactionele redenen worden aangepast zonder de kern of context van de boodschap aan te tasten.

LEDEN

SENIOREN? DAAR WIL JE BIJ HOREN!

Lid worden? Inschrijfformulieren vind je alleen op seniorenbudel.nl (downloaden). Alle andere links zijn oud en niet meer geldig. Je kunt ook het secretariaat bellen.



Overleden:

14 januari Nelly Beeren - 65 jaar

We wensen familie en vrienden veel sterkte toe bij het verwerken van dit verlies.

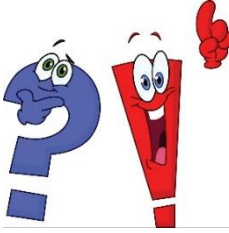
Ik denk wel eens hoe zou het leven er over 100 jaar uitzien. Is er dan nog een senioren vereniging, of zijn er dan geen senioren meer. Misschien krijgen de mensen die 50 jaar worden dan een chip in geplanteerd die er voor zorgt dat ze de rest van hun leven alleen nog maar fijne dingen meemaken. Auto's brommers en fietsen bestaan dan ook niet meer. Iedereen heeft dan een soort van drone waar ze mee rondvliegen, en als ze dan elkaar tegenkomen maken ze hoog in de lucht een praatje net zoals het met wandelen nu gaat.

Geld bestaat dan ook niet meer want niemand hoeft nog ergens voor te betalen. Iedereen is gelijk en krijgt precies hetzelfde. Werken mag ook niet meer want daar zijn robots en computers voor en iedereen krijgt een verplicht dieet zodat niemand te dik of te dun wordt. Wc's bestaan ook niet meer. De mensen krijgen een machientje ingeplanteerd dat alles meteen omzet in droge korrel die ze dan tijdens het vliegen uit kunnen strooien. Alle groenten worden alleen nog maar in vierkante vorm gekweekt. Dit om het vervoer met drones te vergemakkelijken. Ze zijn ook allemaal even groot zodat men dan mooi de vierkante aardappelen, wortelen en bloemkolen kunnen stapelen. Ook het weer zal anders zijn, waar nu koeien lopen in de wei lopen er dan kamelen in het gele zand. De Borgh is dan een museum waar foto's van ons hangen om te laten zien hoe wij in 2021 leefden. Zouden ze zich een breuk lachen of jaloers zijn op ons toen gezapige leventje.

Och ik zit maar wat te dromen en te fantaseren hoe het er eventueel uit zou kunnen zien wat mij terugbrengt in het huidige. Wat deze tijd duidelijk heeft gemaakt is dat onze senioren vereniging een belangrijkere schakel voor onze leden is wat betreft vrije tijdsbesteding en sociale verbondenheid met elkaar. Iedereen verlangt weer zo terug naar de tijd dat alles onbezorgd gedaan kan worden, en dat je elkaar weer gewoon een hand of schouderklop kan geven. Hoelang het nog gaat duren: ik weet het ook niet. Maar optimist als ik ben geloof ik nog steeds in een zomerfeest. Wat André Rieu betreft heb ik nog onlangs contact met de organisatie gehad over de stand van zaken. Op dit moment weten ze nog niets concreets, maar houden ons op de hoogte wat wij uiteraard meteen aan jullie zullen doorspelen.

Zo en nu nog even de moed er in houden dan zien we elkaar weer spoedig op een van onze gezellige activiteiten.

Jen Compen



- uw adreswijzigingen, overlijden, jubilea, ziekten, verhuizing en opzegging lidmaatschap, dient te melden bij ons secretariaat tel. 0495 492519 e-mail: seniorenbudel@outlook.com;
- opzegging schriftelijk moet en ook het ledenpasje ingeleverd dient te worden, anders kan er niet uitgeschreven worden;
- er tijdens onze activiteiten foto's gemaakt worden? Heb je bezwaar dan graag doorgeven tijdens de inschrijvingen;
- je voor kleine klusjes of incidenteel vervoer contact op kunt nemen met de Vrijwillige Hulpdienst Cranendonck tel. **0495 592553**;
- het niet meer mogelijk is om deelname te cancelen of entreebewijzen te retourneren en geld terug te vragen;
- in het geval je onverhoopt niet kunt deelnemen aan een activiteit, waar je je wel voor hebt opgegeven, je zelf voor eventuele doorverkoop dient te zorgen;
- je dit dan wel moet doorgeven aan het secretariaat;
- je altijd je entreekaart moet meenemen;
- er bij activiteiten geen plaatsen gereserveerd kunnen worden;
- je de contributie van onze vereniging van zorgverzekering VGZ terugkrijgt als je lid bent/wordt;
- seniorengym vanaf nu 'FITT met ons' heet;
- er tijdens de puzzeltheek pakken knutselpapier te koop zijn voor € 3;
- je Hannie mag bellen als je een keer niet kunt meedoen met Qigong;
- het telefoonnummer van Hannie Tijssen 0495 493942 is;
- we, jammer genoeg, nog geen activiteiten kunnen organiseren;
- we, zodra het kan, alle leden laten weten wat we weer allemaal kunnen ondernemen;
- we het heel fijn zouden vinden als onze leden een artikeltje zouden schrijven voor de Nieuwsflits.;

REANIMATIECURSUS 17 februari 2021

Weet je wat je moet doen als het er echt om gaat?!



Om up-to-date te blijven en nieuwe dingen te leren is het noodzakelijk om jaarlijks de cursus reanimatie te doen/herhalen. Deze keer staat ook het onderwerp 'slagaderlijke bloedingen, hoe te handelen' op het programma.

Door regelmatig te oefenen:

- houd je de vaardigheden bij;
- blijft je kennis op peil;
- sterk je je zelfvertrouwen;
- kun je adequaat reageren in noodsituaties.

De cursus bevat theorie en praktijk uiteraard aangepast volgens de coronaregels. Daarom wil ik je uitnodigen om deel te nemen aan onze cursus reanimatie in De Borgh op woensdag **17 februari 2021**. De cursus begint om 09:30 en wordt gegeven door Anneloes Duisters.

Leden die voorgaande jaren hebben deelgenomen krijgen een persoonlijke uitnodiging. Als je ook geïnteresseerd bent kun je je opgeven bij het secretariaat **T 0495 492519** of E seniorenbudel@outlook.com

KNUTSELEN



Vind je het leuk om met de kleinkinderen te knutselen of om zomaar een pak knutselpapier aan de schatjes cadeau te geven?

Kom dan naar de puzzeltheek. Wij verkopen heel fijn, verschillende maten en kleuren knutselpapier per pak slechts € 3.

Deze pakken papier zijn ná telefonische afspraak

0495 492519 ook verkrijgbaar bij de secretaris.

Iedere 4^e vrijdag van de maand.

Ladyspeaker: Thea

Aanvang kaartverkoop 13:00

Aanvang kienen 13:30

We verkopen alleen grote kaarten met 6 tickets.

1 grote kaart kost € 7,50

2 grote kaarten € 12,50



Benodigde fiches moet je zelf voor zorgen en meebrengen.

Er worden vóór en ná de pauze 5 rondes gespeeld voor geldprijzen. Iedere ronde bestaat uit één rijtje en één volle kaart. In de pauze kunnen we even bijkomen met een bakkie koffie en gezellig kletsen. Tevens kan er ook nog een extra kienkaart voor ná de pauze gekocht worden voor € 4,00.

LET WEL: i.v.m. de coronamaatregelen dien je je deelname vooraf aan te melden.

Dit is **onder voorbehoud**. Aanmelden kan tot uiterlijk 15 februari via tel. **0495 492519** of een e-mail naar seniorenbudel@outlook.com

Wie het eerst belt of e-mailt, het eerst maalt. Vol = vol!

Alle coronamaatregelen dienen in acht genomen te worden t.w. handen ontsmetten bij binnenkomst, 1,5 meter afstand bewaren, melden, plaats nemen en niet rondwandelen. Als je hoest, verkouden bent of je niet lekker voelt, of je huisgenoot heeft klachten: thuis blijven s.v.p. In De Borgh is een mondkapje verplicht maar zodra u aan tafel zit mag het af.

Het is vanzelfsprekend dat je de aanwijzingen van de activiteitenbegeleiding dient op te volgen.

GEPLANDE WANDELINGEN 1e helft 2021

26 januari	De Pan	13:30	Maarheeze
09 februari	Tongelreeroute	13:30	Valkenswaard
23 februari	Grote Peel	13:30	Ospel
09 maart	Ijzeren Man	13:30	Weert
23 maart	Gastelse Heide	13:30	Budel
13 april	Malpie	13:30	Valkenswaard
27 april	Witvenroute	13:30	Someren
11 mei	Weerterbos	13:30	Weert
25 mei	Bulderbergen	13:30	Budel

Het startpunt en verzamelen is altijd achter De Borgh.



IETS TE VIEREN? VAN HARTE PROFICIAT!



Op 8 januari werd dhr W. Derks 90 jaar.

WOORDZOEKER

S O L L E B O C I P B N B H E
R P E I K O E T S J E E O O N
E I T A N O D R A P W G R R E
D O S Z U I N I G H E I D I S
N E I U B T R O T S G R E G A
I N D N U S K E C C I R S L P
L E K A B J A H T R N W I E A
V D L R E O O N R E G A R E N
G N E O U O E I I A S T K S T
A A M K L I T T O T A A L W Y
D B Z E E A S E E I A A A O K
E E C T N A L B I N O I T E O
L I T T N A B L O E I H R D U
E R I N D O O R K O M E N E S
R D O K K E N E R E G A A L G

©www.puzzelpro.nl

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

AASETER
AGEREN
ALBINO
BEULEN
BEWEGING
BORDES
CREATINE
DAGVLINDER
DELER
DOKKEN
DONATIE
DOORKOMEN
DRIEBANDEN
EICEL

HOGESCHOOL
GOKJE
GAREN
GRIET
HORIG
INBOETEN
IRRITANT
KOETSIE
KORAN
KRUISBOOG
LEESWOEDE
MELKDISTEL
NABLOEI
NOTIE

ONTZAG
ONZIN
PANTYKOUS
PARDON
PASEN
PERSEN
PICOBELLO
PIOEN
REGAAL
SANITAIR
STORTBUIEN
TOTAAL
ZUINIGHEID

Best Shop 4 You



Computerservice

Nieuwstraat 28A, Budel
0495 - 430395

Info@bestshop4you.nl
www.bestshop4you.nl

Met afstand de veiligste oogmeting

Dankzij onze geautomatiseerde, hoogwaardige meetapparatuur

oogwereld

Oogwereld Philip
Nieuwstraat 15, Budel
T. 0495 494363
www.oogwereld.nl

KNUTSELEN



Vind je het leuk om met de kleinkinderen te knutselen of om zomaar een pak knutselpapier aan de schatjes cadeau te geven?

Kom dan naar de puzzeltheek. Wij verkopen heel fijn, verschillende maten en kleuren knutselpapier per pak slechts € 3.

Deze pakken papier zijn ná telefonische afspraak **0495 492519** ook verkrijgbaar bij de secretaris.

EIGEN BIJDRAGE

Omdat de kosten voor de huur van accommodatie, onderhoud van de biljarttafels en voor degene die de lessen geeft dermate hoog zijn, zijn we genoodzaakt om aan de deelnemers van de betreffende activiteit een kleine eigen bijdrage te vragen.

Voor de biljarters bestond de eigen bijdrage al maar die moeten we verhogen naar € 15 per jaar.

Voor het kegelen bedraagt dat € 10 voor 12 kegelmiddagen per jaar.

Voor zowel Qigong als FITT met ons bedraagt de eigen bijdrage € 1,50 per les en er zijn 40 lessen per jaar.

De eigen bijdrage zal jaarlijks in januari d.m.v. automatische incasso worden ingehouden.

Voor Qigong en FITT met ons geldt dat, als je niet langer kunt deelnemen aan de lessen, je dat schriftelijk aan de secretaris door moet geven. Alleen dan kan de secretaris er voor zorgen dat de bijdrage voor de resterende weken wordt teruggestort.





SCHOON BED

Ook je matras heeft af en toe een opfrisbeurt nodig. Dat kan goed met stofzuiger en baking soda. Stofzuig je matras, strooi er gezeefde baking soda over en laat dat enkele uren intrekken. Stofzuig je matras weer en je hebt weer een heerlijk fris bed.

Valentijnsbrunch

Verras jij jouw geliefde op Valentijnsdag met een heerlijke brunch, of wil je er zelf van genieten?

Wij bezorgen op zondag 14 februari tussen 10:00 en 12:00 uur.

(Binnen Cranendonck gratis, buiten Cranendonck € 2,50)

Afhalen kan natuurlijk ook.

Reserveren kan vanaf 1 persoon, graag uiterlijk woensdag 10 februari telefonisch: 0495 - 495539

of via e-mail: info@cafedewielerbaan.nl



Volwassenen: € 19,50 p.p.

Kinderen: € 10,00 p.p.

Inbegrepen per persoon:

Een heerlijke verse soep, keuze uit:

Bloemkoolbroccoli- of tomatensoep

Broodassortiment met o.a. croissantjes, minibroodjes, wraps en sandwiches

**Kipsaté in satésaus
Gehaktballetjes in tomatensaus**

Heerlijke muffin als dessert

 **Cafe-Zaal
De Wielerbaan**
WWW.CAFEDEWIELERBAAN.NL

VAN EEN VAN ONZE LEDEN

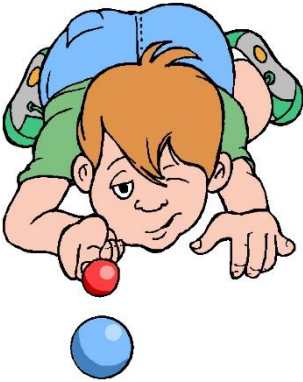
Heeft u een speciale hobby, een gedicht, leuke anekdote of bent u bezig met een unieke activiteit, laat het ons weten of schrijf een artikeltje voor de Nieuwsflits!

Deel uw interesses met al onze leden!

Weet u nog hoe u vroeger vol overgave op het schoolplein stond te hoelahoepen? En ja, de hoelahoep is nog steeds te koop. Net als het elastiek, de knikkers en nog veel meer oude spelletjes voor buiten. Dus, wat houdt u tegen? Het is leuk, het is gezond en u blijft er fit bij.

Elastieken

Herinnert u zich dit nog? Een lang elastiek, twee kinderen die het elastiek met hun benen uit elkaar hielden, waarna de rest er de mooiste bewegingen mee maakte. Die lange elastieken zijn gewoon te koop bij de Hema. Leuk om te doen en goed voor de balans. U kunt de elastieken ook om 2 (zware) stoelen spannen als er geen anderen in de buurt zijn.



Knikkeren

Knikkeren is ook zo'n gouwe ouwe. Een pot maken, een streep trekken en hup, daar rollen de knikkers. Wie de laatste knikker in de pot krijgt, heeft gewonnen en mag alle knikkers houden. Gezellig om te doen en zeer geschikt als spierversterkende oefening. Een voorwaarde is wel dat u nog goed kunt bukken en goed kunt zien.

Hinkelen

Heeft u vroeger altijd met plezier gehinkeld? Ook dit kunt u nog steeds eenvoudig zelf doen. Een hinkelbaan op de stoep krijten is zo gebeurd en daarna op één been van vak naar vak hinkelen. Varianten zijn er ook genoeg, zoals van twee benen naar één been naar twee benen naar één been, tot het einde van de hinkelbaan. Of een steentje gooien en naar het vak met het steentje hinkelen. U wordt er misschien een beetje moe van, maar het is goed voor de balans en goed voor de spieren. De kleinkinderen doen gezellig mee.



Touwtjespringen

Touwtjespringen. Wie heeft dat niet gedaan? Touwtje springen kunt u alleen doen, maar ook met een groep. Kunt u het nog? Inspringen terwijl het touw draait en zonder het touw te raken weer uitspringen? Leuk om te doen en touwtjespringen is een prima conditieoefening.

Hoelahoepen

Hoelahoepen was vroeger vooral iets voor meisjes. Tegenwoordig wordt de hoepel ook in de fitnesszaal vaak gebruikt. Voor een volwassene is hoelahoepen een behoorlijke uitdaging. Maar als u het eenmaal weer onder de knie heeft, is het heerlijk om te doen. En die soepele heupen krijgt u er gratis bij.



De gelukkige winnares van de taart van de maand januari was José Kuijten-Lambers

**JANSSEN
STEIJLEN
MEURKENS**



thuis op iedere locatie

**Uw huis verkopen?
Bel me voor een gratis waardebeoordeling!**

06-44292065

Verkoop-Taxaties-Aankoop

susanne@janssensteijlen.nl www.janssensteijlen.nl



**Café-Zaal
De Wielerbaan**

Frans en Tiny Mennen • Maarheezerweg 9 • 6021 CN Budel • T: 0495-495539
E: info@cafedewielerbaan.nl • I: www.cafedewielerbaan.nl

Bakkerij  **Rooymans**

Budel 0495-191354 www.bakkerijrooymans.nl Maarheeze 0495-591355

Oplossing woordzoeker: SNEEUWKETTING



notariaat
op de Laak

Postadres:
Postbus 2005, 6020 AA Budel

Bezoekadres:
't Inne 2, 6021 DA Budel

T 0495 - 493 232
I www.notarisopdelaak.nl
E info@notarisopdelaak.nl



东亚酒家

„TONG AH“

MARKT 7-8, BUDEL
TELEFOON 0495 - 491478
tegenover de Hema



ANNO 1870

Budels

ERFACHTELIJKE
ERGOUKUNST

BUDELSE BROUWERIJ B.V.
T. 0495 49 13 69

Herenkapsalon
Christine



Dr. Ant. Mathijsenstraat 3
6021 CJ Budel
06-10 49 89 79



FEIJEN SCHOENEN
LEDERWAREN
MODE & COMFORT

Capucijnerplein 14 • 6021 CB Budel
Tel. 0495-491483  Like us on Facebook



Pearle

opticiens
Budel

Markt 11A | 6021 CD Budel
Tel: 0495-749004
www.pearle.nl

Accoun⁺
Adviesgroep
 accountants + belastingadviseurs

 Nieuwstraat 69
 6021 HR Budel

 Tel. 0495 430 670
 Fax 0495 430 665

van der Straaten
MAKELAARDIJ

- Verkoop - Aankoop
 - Verhuur - Taxaties

Nieuwstraat 18a Budel
 Tel.: 0495-525131

www.vanderstraatenmakelaardij.nl

vastgoedpro  aanpak voor de zaak



Bloemsierkunst
Rutten




Nieuwstraat 11,
 6021 HP Budel
 Tel. 0495 491288

PRAKTIJK VOOR OSTEOPATHIE

W.F. Hollink
 OSTEOPAAT D.O. - MRO
 (lid NRO NVO)

 De Dam 5b, 6021 KM Budel,
 Tel 0495 47 01 44 - Gsm 001 516 61 00
 info@osteopathie-budel.nl
 www.osteopathie-budel.nl

DE POELIER
 Th. Cox - Nieuwstraat 88 - 6021 HV Budel - Tel: 0031 495 491765


Kies voor mij
TANTE DOOR
 Antibiotica vrij

Volg *De poelier* Th. Cox op facebook.com

Wilt u ook *gratis* gaan sparen met uw smartphone?
 Download de Piggy app



Heeft u inslaap- of doorslaap-
problemen? Zoek hulp bij uw
slaapoefentherapeut
Marion van Deursen.

Tel.: 06-21 48 19 32
info@oefentherapiebudel.nl



De Dam 5, 6021 KM Budel



VERZEKERINGEN
HYPOTHEKEN
REGIOBANK

Budel



Conradsveld

Health & Fitness centre

Thuis sterven!

De stichting stelt zich tot
doel zorg te verlenen in de
laatste levensfase om
overlijden in de thuissituatie
mogelijk te maken.

Wij ondersteunen of
vervangen alleenlijke
mantelzorg.

www.wandrog.nl
info@wandrog.nl
☎ 06 47 340 400



Truijen Tandprothetiek

Nieuwstraat 48B, 6021 HT, Budel

0031 (0)495-755539

0031 (0)6-39346450

www.truijentandprothetiek.nl

De specialist
voor uw
kunstgebit

- Gratis intake
- Gecontracteerd met de meeste zorgverzekeraars
- Vergoeding ook vanuit België
- Huisbezoeken





Carry van Rooij

www.carryvanrooij.nl

0495-430073

Maaltijden- Slagerij- BBQ specialist



Openingstijden:

Maandag t.m. vrijdag van
10.00-12.30 en 13.00-16.00 uur
Donderdag lunch van
12.00-13.30 uur
1e zaterdag van de maand **Repair.cafe.**
vanaf 10.00 uur
Zondag van 14.00-16.30 uur

Hallo JUMBO
W. Hesselberth



Praktijk voor fysiotherapie

**Lammers en
Hompes**

www.fysiobudel.nl 0495-492329

Nieuwstraat 27
6021 HP Budel

Van Schaiklaan 3
6027 PL Soerendonk



2500 m² WOONPLEZIER

RIVERDALE inspiratie shop



VARIATIE IN WONINGDECORATIE

BURG. VAN HOUTSTRAAT 71 • BUDEL • TELEFOON +31 495 431480



**Brasserie – Restaurant
Feest- en vergaderzalen**

**Kempen Airport
Luchthaven 16
6021 PX Budel
T 0495-49 20 14**

www.decoockpit.nl



sjaanshangorennest@gmail.com



Mob: 0651746658

Facebook: Sjaans Fransehangoren



**De Jong
De Echte Bakker**

**Dr. Ant. Mathijssenstraat 28, tel. (0495) 49 14 64, Budel
Grootchoseweg 103, tel. (0495) 84 27 36, Budel-Schoot**

FIETS WERELD

VLASSAK
FABRIEKSSTRAAT 25, BUDEL
TEL.: 0495-491635

50 JAAR VERANSCHEID

- Enthousiast
- Betrouwbaar
- Persoonlijk

Gespecialiseerd in elektrische fietsen. Nieuw en gebruikt

**Koga Gazelle Batavus
Trek Cube Cortina**

DE BRASSER
E E T D R I N K G E L E G E N H E I D

Markt 5 - 6021 CD Budel - 0495 519393
Iedere donderdag *schnitzelavond*
Alle schnitzels voor slechts € 10,00

FYSIOTHERAPIE

De Dam 5
6021 KM Budel
tel.: 0495-494 393
info@medischbeweegcentrum.nl
www.medischbeweegcentrum.nl



Waarom eenzaam zijn!?
Laten we samen éénzijn!

www.seniorenbudel.nl
seniorenbudel@outlook.com