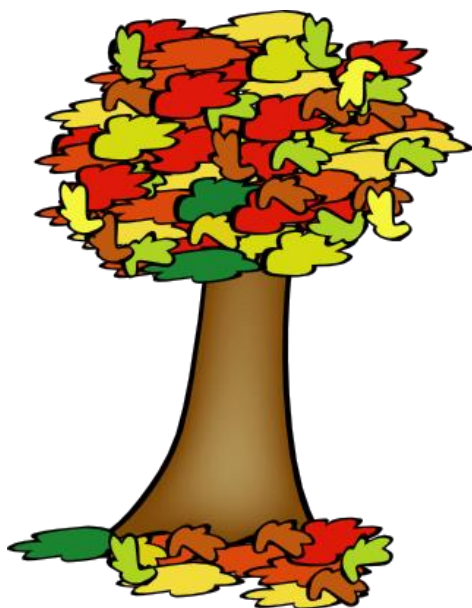


SENIOREN BUDEL



# Nieuwsflits

Jaargang 25  
nr. 8  
september 2021

## REDACTIE en SECRETARIAAT

Brigit Roozen  
Winkelmolenstraat 12,  
6021 XP Budel  
T **0495 492519**  
E [seniorenbudel@outlook.com](mailto:seniorenbudel@outlook.com)  
W [seniorenbudel.nl](http://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.

## SENIOREN? DAAR WIL JE BIJ HOREN!

Wij zijn blij als nieuwe leden te mogen begroeten:

**WELKOM**

Joost Neeskens  
Rinus Knook  
Piet en Annie Damen

Ook lid worden? Inschrijfformulieren vind je alleen op [seniorenbudel.nl](http://seniorenbudel.nl) (downloaden). Alle andere links zijn oud en niet meer geldig. Je kunt ook het secretariaat bellen.

We wensen alle leden spoedig weer een mooie tijd toe bij onze vereniging en hopen dat jullie vaak bij onze activiteiten aanwezig zullen zijn.



Overleden: Piet Slenders

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

Iedere keer als ik op een mooie zomerse dag naar het dorp fiets zie ik ze zitten op hun bankje voor hun huisje. Hallo tortelduifjes roep ik dan en terwijl ik doorfiets hoor ik achter mij een vrolijke schaterlach. Geregeld stap ik af voor een praatje en vooral hij praat honderd uit over vroeger en nu, en als ik dan weer doorfiets kijk ik nog eens om naar die twee contente menskes alsof ze met een koordje aan elkaar verbonden zijn. Dan al een paar dagen en het is toch mooi weer blijft het bankje leeg, en even later krijg ik te horen wat niemand had zien aankomen. Het koordje blijkt te zijn doorgeknipt. Zij is alleen. Enkele weken later ik fiets naar huis en zie haar lopen met haar rollatorke. Ik knijp in de rem, draai om en stop naast haar. Ik vraag hoe ist, ze kijkt op en zegt oh zieë ge ut. We raken in gesprek en veel hoef ik niet te zeggen. Ze verteld en verteld hoe fijn dat ze het samen hadden, hoe blij dat hij was met het stukje grond dat hij mocht gebruiken waar hij zijn bloemen verzorgde. Hij gromde wel eens dat hij niet kon gaan billiarten of kaarten omdat alles stil lag door corona. Ze vertelde ook dat ze het er samen wel eens over hadden en dat hij dan zij dat hij hoopte dat hij als eerste aan de beurt zou zijn. Ze keek me aan en er welde een dikke traan in haar oog en zegt heeft hij zijn zin ook nog gekregen ook. Ze gaat verder dat ze wel begreep dat er het er toch een keer van moest komen, maar dat ze er toch nog graag wat meer tijd had aangeplakt. We nemen afscheid met de belofte dat zij niet bij de pakken neer gaat zitten, en dat ik wel weer eens stop voor een praatje. Ze vervolgt haar weg met haar rollatorke en ik kijk haar na en denk wat een klein dapper vrouwke. Ik fiets verder naar huis waar Lilian op mij wacht en besef dat dat het is wat veel van onze leden bedoelen met als ze zeggen na weer een geslaagde activiteit, het was heel fijn, maar als ik thuis kom zit ik weer alleen op de bank en er is niemand die ik kan vertellen hoe leuk het was. Zij zitten allemaal met een doorgeknipt koordje.

Eigenlijk zou ik iets schrijven over verantwoordelijkheid met betrekking op de vaccinatie, over privacywet, maar ineens stond het bovenstaande op papier en dacht volgende maand kan ik nog altijd over privacywet-verantwoordelijkheid en over die coronazooi schrijven.



**Alle activiteiten vinden plaats in of vanaf De Borgh, tenzij anders aangegeven.**

**Alle activiteiten onder voorbehoud van de op dat moment geldende coronaregels.**

September (ook wel: herfstmaand of fruitmaand) is de negende maand van het jaar in de gregoriaanse kalender en heeft 30 dagen. De naam komt van het Latijnse woord septembris wat afkomstig is van het woord septem, dat zeven betekent — september was oorspronkelijk de 7e maand van het jaar, omdat het Romeinse kalenderjaar tot 153 v.Chr op 1 maart begon.

### **AGENDA SEPTEMBER 2021**

### **AANVANG**

### **LOCATIE**

Biljarten: elke maandag, woensdag en donderdag vanaf 13:30

01 sep	Fietsen Budel	13:15	Achterzijde
	Handwerken	13:30	Foyer
	Bridgen	13:30	Foyer
	Dineren	18 :00	De Griek
02 sep	Puzzeltheek	13:30-15:00	Foyer
	Jeu de boules	13:30	Foyer
	Sjoelen	13:30	Foyer
	Darten	13:30	Foyer
	Vrij Kaarten	13:30	Foyer
03 sep	Handwerken	09:00	Foyer
07 sep	Qigong	09:00 en 10:15	0.39
	Rikconcours	13:30	Foyer
08 sep	Fietsen Rondje Weert	13:15	Achterzijde
	Handwerken	13:30	Foyer
	Bridgen	13:30	Foyer
09 sep	Jeu de boules	13:30	Foyer

	Sjoelen	13:30	Foyer
	Darten	13:30	Foyer
	Vrij Kaarten	13:30	Foyer
10 sep	Handwerken	09:00	Foyer
	Nordic Walking	09:30	Achterzijde
	Bezoek Ijsboerderij M'heeze	13:00	Achterzijde
14 sep	Qigong	09:00 en 10:15	0.39
	Wandelen De Pan M'heeze	13:30	Achterzijde
15 sep	Fietsen	13:15	Achterzijde
	Handwerken	13:30	Foyer
	Bridgen	13:30	Foyer
16 sep	Jeu de boules	13:30	Foyer
	Sjoelen	13:30	Foyer
	Darten	13:30	Foyer
	Vrij Kaarten	13:30	Foyer
17 sep	Handwerken	09:00	Foyer
21 sep	Qigong	09:00 en 10:15	0.39
	Vrij rikken	13 :30	Foyer
	Kegelen	14 :00	Bellevue
22 sep	Fietsen	13:15	Achterzijde
	Handwerken	13:30	Foyer
	Bridgen	13:30	Foyer
23 sep	Jeu de boules	13:30	Foyer
	Sjoelen	13:30	Foyer
	Darten	13:30	Foyer
	Vrij Kaarten	13:30	Foyer
	Leesclub	14:00 - 16:00	
24 sep	Handwerken	09:00	Foyer
	Nordic Walking	09:30	Achterzijde
	Kienen	13:30	Foyer
28 sep	Qigong	09:00 en 10:15	0.39
	Wandelen Tongelreeroute	13:30	Achterzijde
29 sep	Fietsen	13:15	Achterzijde
	Handwerken	13:30	Foyer
	Bridgen	13:30	Foyer

30 sep	Jeu de boules	13:30	Foyer
	Sjoelen	13:30	Foyer
	Darten	13:30	Foyer
	Vrij Kaarten	13:30	Foyer

## MIJMERINGEN VAN KAREL LATTEN

Niet de weggetikte uren  
maar de verloren dromen  
maken de mensen oud



De vuilniswagen kwam vanmorgen,  
veel zakken zijn toen meegegaan.  
Ik maak me echter grote zorgen  
om die, die binnen bleven staan

## TIPS VAN OMA



### VERSTOPTE NEUS BIJ VERKOUDHEID

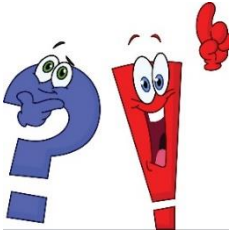
Snuif 3 x per dag wat citroensap of zout water op. Giet wat sap  
of zout water in je handpalm en snuif het op. Dat verlicht echt.

## 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 **tel. 0495 492519** ook verkrijgbaar bij de secretaris.



- uw adreswijzigingen, overlijden, jubilea, zieken, verhuizing, **verandering van bank** en opzegging lidmaatschap, dient te melden bij ons secretariaat tel. 0495 492519 e-mail: [seniorenbudel@outlook.com](mailto:seniorenbudel@outlook.com);
- **opzegging alleen m.i.v. 31 december kan, 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;
- **het niet 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 meebrengen;**
- als je lid bent/wordt kun je de contributie van onze vereniging terug krijgen via VGZ mits je een aanvullende **zorgverzekeringen Zorg** hebt bij VGZ;
- we Jaap de Kok kunnen contacten als we problemen hebben met de computer. Zijn telefoonnummer is **06 53553124** en e-mailen mag ook naar [kokde.j@gmail.com](mailto:kokde.j@gmail.com);

**OOGMETING VAN  
TOPKWALITEIT**

Wanneer je jouw bril bij ons koopt, is deze oogmeting helemaal gratis!

Maak nu online een afspraak of bel 0495-494363

**oogwereld**  
**Philip Budel**  
Nieuwstraat 15, Budel  
T. 0495 494363  
[www.oogwereld.nl](http://www.oogwereld.nl)

**VAN HARTE PROFICIAT!**



Op 24 juli werd Tinie Toemen-Chatrou  
90 jaar



Op 6 augustus werd Maria Brouns-  
Toemen 90 jaar





We gaan op **10 september** a.s. een bezoek brengen aan de ijsboerderij Maarheeze. We worden ontvangen met koffie en vlaai of gebak, daarna volgt een demonstratie van ijsbereiding en natuurlijk kan er dan ook geproefd worden van het heerlijke ijs.

Ook krijgen we een rondleiding op de boerderij met b.v. uitleg over werking van de melkrobot, bezichtiging van de stallen en hoe een voerrobot te werk gaat. Ze leggen uit hoe het in zijn werk gaat met mestscheiding enz.

Vertrek met de fiets vanaf De Borgh om 13:00 en voor wie niet kan fietsen gaan we kijken wie met eigen auto kan gaan en misschien bereid is om andere leden tegen kleine vergoeding van € 2,- mee te nemen. Auto's vertrekken om 13:15 vanaf De Borgh.

Voor de fietsers: de afstand van De Borgh naar de ijsboerderij is 7 km.

Je betaalt voor deze leuke en leerzame uitstap slechts € 6,-, introducés € 8,- en voor degenen die met iemand meerijden dus € 2,- extra.

Kaartverkoop **2 september** van 10:00 tot 11:30 in de foyer van De Borgh.

### Inschrijfformulier voor bezoek aan de Ijsboerderij op **10 september 2021**

Naam: \_\_\_\_\_ Tel.nr. \_\_\_\_\_

Adres: \_\_\_\_\_

Fietst: ja/nee

Bereid om met auto te rijden en anderen mee te nemen: ja/nee

Neemt met \_\_\_\_\_ personen deel. Overige namen:

\_\_\_\_\_

Kosten: € 6,- voor leden en € 8,- voor introducés

**Dit strookje inleveren tijdens de kaartverkoop in De Borgh op  
donderdag **2 september 2021** tussen 10:00 en 11:30**

## OVER RABO CLUBSUPPORT EN SENIOREN BUDEL

Met de welbekende actie onder de naam 'Rabo ClubSupport' schenkt de Rabobank elk jaar een stukje van de winst aan verenigingen en clubs, zodat die verenigingen en clubs kunnen blijven doen wat zij al langer doen: De wereld leefbaarder maken!

De Rabobank Weerterland en Cranendonck investeert dit jaar weer een groot geldbedrag in lokale verenigingen, stichtingen en clubs.

## ZO WERKT HET: LEDEN VAN DE RABOBANK KUNNEN STEMMEN

De leden van de Rabobank kunnen in oktober a.s. stemmen uitbrengen via de website van de Rabobank op je favoriete clubs en verenigingen. Nadere data worden nog bekend gemaakt.

## LID WORDEN

Ben je wel rekeninghouder bij de Rabobank, maar nog geen lid? Vraag dan nu via de website [www.rabobank.nl/particulieren/leden/lid-woorden](http://www.rabobank.nl/particulieren/leden/lid-woorden) het lidmaatschap aan, zodat jij, maar óók je familie en bekenden, één of meer waardevolle stemmen kunt uitbrengen op **Senioren Budel** (voorheen Katholieke Bond van Ouderen). Immers, hoe meer mensen er op ons stemmen, des te groter het geldbedrag zal zijn waarmee de Rabobank onze activiteiten zal ondersteunen.

## OPGELET!

Als je alleen een bankrekening bij de Rabobank hebt, is dat om te kunnen stemmen **niet** genoeg; het gaat bij de stemming om het (gratis) **lidmaatschap** van de bank!

## HULP EN INFO

Voor hulp en info zowel bij het aanvragen van het lidmaatschap, maar ook bij de stemming, staat ons secretariaat voor je klaar op telefoon **0495 492519**



We helpen graag!

## KIENEN

Iedere 4<sup>e</sup> vrijdag van de maand.

Ladyspeaker: Thea

**LET WEL: i.v.m. de coronamaatregelen dien je je deelname vooraf aan te melden d.m.v. inleveren van onderstaand bonnetje of bellen naar het secretariaat!**

Aanvang kaartverkoop 13:30

Aanvang kienen 14:00

We verkopen alleen grote kaarten met 6 tickets.

1 grote kaart kost € 7,50

2 grote kaarten € 12,50



### Dubbele kien:

Bij 1 rijtje wordt er geloot en degene die het hoogste nummer trekt krijgt € 3,00. De andere(n) ontvangen € 1,50. Bij een volle kaart ontvangt degene met het hoogste getrokken nummer € 8,00. De andere(n) € 4,00.

✂----- hier langs afknippen en inleveren -----

### Inschrijfformulier voor de kienmiddag op **vrijdag 24 september 2021**

in De Borgh aanvang 14:00 kaartverkoop vanaf 13:30

**Naam:** .....

**Adres:** .....

**Telefoon:** .....

Dit strookje deponeren **vóór vrijdag 17 september 2021** in de witte brievenbus bij de hoofdingang van De Borgh

## GRATIS JE VERKEERSKENNIS OPFRISSEN?

We willen allemaal zo lang mogelijk blijven autorijden. Zolang je dit kunt blijven doen, heb je je vrijheid. Maar je wordt wat ouder en het verkeer vergt veel van je aandacht. Hoe zorg je dat je mobiel blijft?

Iedereen die zich dat weleens afvraagt kan gratis meedoen met de Opfriscursus Verkeerskennis van Veilig Verkeer Nederland. In opdracht van de gemeente Cranendonck, in samenwerking met de lokale VVN afdeling en de lokale seniorenverenigingen organiseren we een opfriscursus verkeerskennis voor de ervaren automobilist. Je verkeerskennis wordt opgefrist en onze instructeur geeft uitleg over oude en nieuwe verkeersregels, -situaties en -borden.

Ook is er de mogelijkheid voor deelnemers aan deze cursus om zich aan te melden voor een individuele praktijkrit in de eigen auto. (geheel vrijblijvend) Verdere informatie hierover ontvang je tijdens de cursus.

De cursus is op (je wordt beide dagen verwacht):

Woensdag 22 en 29 september 2021 tijdstip 13.30 – 15.45 uur in Budel

Ben je boven de 55, een ervaren verkeersdeelnemer en inwoner van de gemeente Cranendonck en is dit iets voor jou?

Meld je dan uiterlijk een week voor aanvang van de cursus aan via onderstaande link of bel tijdens kantooruren met 088-5248850.

<http://vvn.nl/opfriscursuscranendonck>

(Onze opfriscursussen zijn georganiseerd volgens de huidige RIVM richtlijnen, indien de bijeenkomst niet door kan gaan door aangescherpte RIVM richtlijnen kunnen we je een online versie aanbieden)

Deelname is gratis, maar let op: vol=vol!

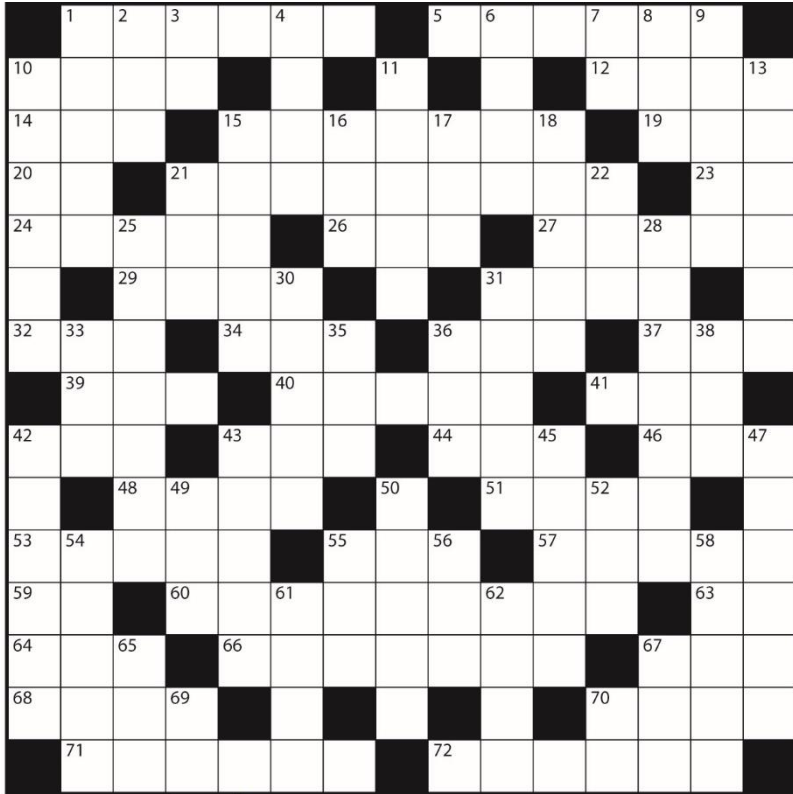
Je ontvangt een week voor aanvang van de cursus een bevestiging met de locatiegegevens.

### VORIG LEVEN



In mijn vorige leven geloofde ik ook al niet in reïncarnatie

# KRUISWOORDRAADSEL



©www.puzzelpro.nl

50	6	71	18	67	34	11	29	72	1	47
----	---	----	----	----	----	----	----	----	---	----

# Best Shop 4 You



## Computerservice

Nieuwstraat 28A, Budel  
0495 - 430395

Info@bestshop4you.nl  
www.bestshop4you.nl

Breng letters uit de puzzel over naar de hokjes met het corresponderende nummer.

**Horizontaal:** 1 roofdier 5 sterke drank 10 vuurwapen 12 plartzak 14 grote bijl 15 aantekening 19 vlaktemaat 20 pers. vnw. 21 afvaardiging 23 Verenigde Naties 24 Europese hoofdstad 26 waterdoorlatend 27 zuigdop 29 span 31 zemelaar 32 vlug 34 grappenmaker 36 snelle loop 37 vrucht 39 koordans 40 raamwerk 41 Engels bier 42 voertuig 43 hoofddekseel 44 nachthemd 46 pl. in Gelderland 48 worp 51 zonderling 53 hoofddekseel 55 opstootje 57 vaart 59 voorzetsel 60 proefwerk 63 bolgewas 64 roem 66 geneesmiddel 67 waterplant 68 herkauwer 70 overblijfsel 71 sleep 72 kaartje.

**Verticaal:** 1 speelkaart 2 indien 3 gouden tientje (afk.) 4 koraaleiland 6 eens 7 notabene (afk.) 8 op de wijze van 9 gebogen lijn 10 kampeerwagen 11 intiem 13 balsport 15 telwoord 16 seconde 17 deel v.e. boom 18 vorderen 21 aanwijzend vnw. 22 pl. in Gelderland 25 eetbare stengelplant 28 logo 30 livreeknecht 31 zangstem 33 papegaai 35 bedorven 36 bevroren dauw 38 plechtige gelofte 42 kerkbewaarder 43 kaartspel 45 staat 47 zelfzuchtig mens 49 ijzerhoudende grond 50 rijgsnoer 52 soort hert 54 retour 55 vertrager 56 dekseel 58 pukkel 61 niveau 62 indianentent 65 een zekere 67 watering 69 deo volente (afk.) 70 rooms-katholiek (afk.).

## NORDIC WALKING

De Nordic Walking groep gaat ook weer regelmatig op stap. Wij ontvingen een foto van 23 juli j.l.



Ik ben Rein de Werdt, geboren op 1-8-1936 te Gastel (Maarheeze). Toen ik in 1958 begon te werken bij de groep “Transistoren” op het Nat.Lab. van Philips waren de transistor radiootjes net in opkomst. Die transistoren werden later de welbekende chips, die nu in vrijwel elk apparaat zitten.

In 1987 ben ik begonnen mijn belangstelling voor beeldende kunst voorzichtig om te zetten in “eigen bijdragen”. Dat gebeurde bij het Weerter Kunstcollege (nu RICK), waar ik onder leiding van Rob Kars gedurende vier jaar de cursus “Beeldhouwen in hout” gevolgd heb.

Na mijn vervroegde pensionering (1991, Timmer, Centurion) is een en ander in een stroomversnelling gekomen, mede door de inspirerende invloed van mijn vrouw Thea, die al enige tijd tekenen/schilderen en beeldhouwen studeerde aan de Kunstacademie in Neerpelt (België). Ik heb daar de opleiding Beeldhouwen evenals Kunstgeschiedenis en Tekenens afgerond in 1999.

Tijdens deze opleiding hebben we op verzoek van onze toenmalige beeldhouwleraar (Jan Praet) in 1995 een eindejaar expositie van die academie mogen houden in onze tuin op Berg 15, bekend als de “Boulderberg”. Dat was een enorm succes, zoals sommigen van jullie zich misschien nog herinneren. Naar aanleiding van dat evenement is door Sjeng Caris (+ 24-12-2019) en mijzelf in 1996 de beeldhouwclub BCB (Beeldhouwers Collectief Boulderberg) opgericht. BCB bestaat nog steeds en dit jaar vieren we dus ons 25-jarig bestaan, als corona dat toestaat.

Mijn werk is voornamelijk figuratief/gestileerd met een enkel “uitstapje” naar abstract, waarbij ik dan graag toewerk naar strak verlopende, in elkaar overvloeiende lijnen en vormen, die vaak te herleiden zijn tot (delen van) het ei.

Ik verwerk diverse soorten speksteen, serpentijn, albast, marmer, zandsteen en een enkele keer brons; soms keer ik terug naar mijn eerste “liefde”: hout. Ik besteed veel aandacht aan de afwerking, om zo ook de schoonheid van het materiaal zelf tot zijn recht te laten komen. In het geval van hout speel ik graag met de doorsnijding van de vormen met de jaarringen in het hout, die dan het (vaak vrouwen-)figuur fraai accentueren.

De laatste jaren heb ik veel gewerkt met multiplex, waarbij de doorsnijding met de diverse laagjes hout, waaruit multiplex bestaat, in combinatie met de gekleurde lijmmaad, dikwijls voor een verrassend mooi lijnenspel zorgt (zie foto).

Kortom: ik heb aan deze hobby veel plezier beleefd, veel nieuwe contacten gelegd, een soort tweede leven gehad. Ik wil er dan ook –als het me gegeven is- nog even mee door gaan op een wat lager pitje.



Scheve torso, Multiplex, Reliëf



## DAG VAN DE OUDEREN

Op 1 oktober is het internationale dag van de ouderen



Op **zondag 3 oktober a.s.** vieren wij de dag van de ouderen. Een welbekende band verzorgt voor ons een gezellige luistermiddag in de foyer van De Borgh.

De aanvang is 14:00 en de entree bedraagt inclusief koffie met iets lekkers en een drankje € 3,- voor onze leden en voor introducés € 5,-.

Er kunnen maximaal 100 mensen deelnemen en je kunt je opgeven tijdens de kaartverkoop op **23 september 2021.**

✂----- hier langs afknippen en inleveren -----

### Inschrijfformulier voor de muzikale middag op **3 oktober 2021**

Wij nemen met ..... personen deel

**Namen:** .....

.....

**Adressen:** .....

.....

**Kosten:** leden € 3,- per persoon, introducés € 5,-

Dit strookje inleveren in de Borgh tijdens de kaartverkoop  
op donderdag **23 september 2021** tussen 10:00-11:30.

### GEZOND EN VITAAL WORDEN, ZIJN EN BLIJVEN.....DOOR EEN LEEFSTIJL DIE BIJ U PAST?

Wilt u lekker gezond en vitaal worden, zijn en blijven? En lekker kunnen genieten van de leuke dingen in het leven, maar zit uw gewicht en of uw gezondheid u in de weg? Of heeft u weinig fut door de dag? Dan kan het aanpassen van uw leefstijl helpen.

Ik ben Joyce Kersten een integraal leefstijlcoach, trainer en adviseur. Ik wil graag uw gids zijn naar een gezonde en bewuste leefstijl die bij u past en die is vol te houden, zonder te denken in diëten en afvallen. Balans in fysieke-, innerlijke- en mentale kracht, emotionele kracht gaat u de daadkracht geven die nodig is om aanpassingen in uw leefstijl te doen, om uw vitaliteit en gezondheid een boost geven.

Het programma **Coaching op Leefstijl (Cool)** is een Gecombineerde Leefstijlinterventie die in het basispakket van de zorgverzekeraars is opgenomen. Cool is een tweejarig programma bestaande uit individuele en groepsbijeenkomsten. Het programma gaat in op voeding, beweging, slaap, stress & ontspanning.

Deelnemen aan het leefstijltraject is kosteloos: het wordt volledig vergoed vanuit de basiszorgverzekering en heeft geen invloed op uw eigen risico. Deelname is kosteloos maar zeker niet vrijblijvend! Er wordt verwacht dat u alle bijeenkomsten aanwezig bent en ook tussen de bijeenkomsten actief aan de slag gaat met zelf geformuleerde verbeterstappen.

U kunt deelnemen aan het leefstijlprogramma als u:

- 18 jaar of ouder bent;
- overgewicht hebt (d.w.z. een BMI tussen 25 en 30) met een verhoogd risico op diabetes of hart- en vaatziekten of slaapapneu of artrose;
- of als je ernstig overgewicht hebt (d.w.z. een BMI van meer dan 30).

Wilt u weten of u in aanmerking komt voor het programma? Wilt u meer informatie over het programma? Wilt u weten wanneer en op welke tijden u aanwezig zou moeten zijn? Bel of mail dan voor een gratis en vrijblijvende kennismaking.

Invirte Leefstijlcoaching  
Budels Medisch Centrum  
Tel. 06 2941 8249  
[joyce@invirte.nl](mailto:joyce@invirte.nl)

## KEN JE DORP



Oplossing foto Nieuwsflits augustus 2021:  
dit is een douanepaal uit 1662.

Locatie Asbroekweg 15. Hier vond heffing van konvoien en licentie plaats.



Dit is de nieuwe opgave.

De oplossing van deze foto kun je tot **10 september 2021**

sturen naar [seniorenbudel@outlook.com](mailto:seniorenbudel@outlook.com)

of bel naar **0495 492519**.

Onder de goede oplossingen wordt een koffiecadeaubon verloot.

Huisgemaakte jam,  
siroop en chutney  
+32 471407161  
[wavedelicatessen@gmail.com](mailto:wavedelicatessen@gmail.com)



**BARBECUE BIJ DE WIELERBAAN 11 augustus 2021**



**Het was als vanouds een gezellige boel bij De Wielerbaan**

**Het weer was geweldig**



**en het eten was erg lekker.**

**Iedereen heeft volop genoten!**

A misty landscape at sunrise or sunset. The sky is a gradient of orange and yellow, with a low sun partially obscured by the branches of bare trees. The ground is covered in a thick layer of mist or fog, creating a soft, ethereal atmosphere. The trees are dark silhouettes against the bright sky.

In het landschap  
van mijn leven  
zijn sporen  
van verdriet verdreven

bij het verstrijken  
van de jaren  
zijn littekens  
aan het vervagen

de tijd heelt  
oude wonden  
nu het heden  
zoveel heeft te geven

Paula Hagedaars

**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.bakkerijrooijmans.nl Maarheeze 0495-591355**

### **TRACTOR**

Twee landbouwers zijn tegen elkaar aan het opscheppen. Zegt de ene tegen de andere: “Man, als ik met mijn tractor om mijn land heen moet rijden, ben ik twee dagen onderweg.” Zegt de ander: “Ja, zo’n tractor heb ik ook gehad!”



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](http://www.notarisopdelaak.nl)  
E [info@notarisopdelaak.nl](mailto:info@notarisopdelaak.nl)



东亚酒家

„TONG AH“

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



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

Herenkapsalon  
Christine



Dr. Ant. Mathijsenstraat 3  
6021 CJ Budel  
06 1049 8978



**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](http://www.pearle.nl)

Accoun<sup>+</sup>  
**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](http://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



Van Hunsel  
en Govers

VERZEKERINGEN  
HYPOTHEKEN  
REGIOBANK

Budel



Conradsveld

SPORTIVO  
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 aaneengesloten  
mantelzorg.

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



Truijen  
Tandprothetiek

Truijen Tandprothetiek

Nieuwstraat 48B, 6021 HT, Budel

0031 (0)495-755539

0031 (0)6-39346450

www.truijentandprothetiek.nl

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

De specialist  
voor uw  
kunstgebit





# Carry van Rooij

[www.carryvanrooij.nl](http://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](http://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](http://www.fysiobudel.nl) 0495-492329

Nieuwstraat 27  
6021 HP Budel

Van Schaiklaan 3  
6027 PL Soerendonk



RIVERDALE inspiratie shop



VARIATIE IN WONINGDECORATIE

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



*De Cockpit*

**Brasserie – Restaurant  
Feest- en vergaderzalen**

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

**www.decockpit.nl**



sjaanshangorennest@gmail.com



Mob: 0651746658

Facebook: Sjaans Franshangoren



**De Jong  
De Echte Bakker**

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

**Bike  
Totaal**

**VLISSAK**

Fabrieksstraat 25 | 6021 RC Budel  
Tel: 0495 - 49 16 35

**Betrouwbaar · Persoonlijk ·  
Enthousiast**

**Gespecialiseerd in elektrische  
fietsen, nieuw en gebruikt!**

**Batavus · Cortina · Cube ·  
Dutch ID · Gazelle · Trek · Koga**

**www.biketotaalvlassak.nl**

**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 in Budel

0495 - 494 393

vraagbudel@b-fysic.nl

www.b-fysic.nl/budel



Fysiotherapie Budel

Voorheen Medisch Bewegingcentrum



*Waarom eenzaam zijn!?*  
*Laten we samen éénzijn!*

[www.seniorenbudel.nl](http://www.seniorenbudel.nl)  
[seniorenbudel@outlook.com](mailto:seniorenbudel@outlook.com)