

Mededelingen van het bestuur

Voorlichtingsbijeenkomsten Valpreventie

Voor de inwoners van gemeente Hilvarenbeek is er in juni nog een keer de mogelijkheid om aan een informatiebijeenkomst over valpreventie mee te doen. Het is van groot belang dat u nu de kans grijpt om deel te nemen.

De bijeenkomsten worden gehouden in de verschillende kernen van de gemeente.

Alle inwoners kunnen hieraan deelnemen.

Maandag 3 juni 19.30 - 21.30 uur MCC Elckerlyc, Hilvarenbeek

Dinsdag 4 juni 14.00 - 16.00 uur De Eenhoorn, Diessen

Dinsdag 4 juni 19.30 - 21.30 uur Ome Toon, Biest-Houtakker

Woensdag 5 juni 19.30 - 21.30 uur Schuttershof, Esbeek.

In Hilvarenbeek en Esbeek zal fysiotherapeut Anita Veron het programma verzorgen, en Diessen en Biest-Houtakker Renske van Puyenbroek.

Tijdens de informatiebijeenkomst hoort u ook meer over de cursus.

Aan de cursus Valpreventie zijn géén kosten verbonden..

Senioren, vaak nog heel actief met wandelen en fietsen, moeten zich bewust zijn van het gevaar dat op de loer ligt.

Ook wanneer u thuis nog actief bent met tuinieren, vaak de trap op moet, kunt u bij een valpartij heel vervelend terecht komen met alle gevolgen van dien.

Denk aan een gebroken arm, een knie of kapotte heup.. Blessures, die een langdurig herstel vragen.

Daardoor worden senioren vaak ook bang om opnieuw te vallen. Die angst zorgt ervoor dat ze bepaalde activiteiten niet meer gaan doen. Dit kan dan weer leiden tot eenzaamheid en een slechtere conditie.

Dat mag niet gebeuren. Blijf daarom zoveel mogelijk uw dagelijkse dingen zelf doen, maar verdeeld over de dagen van de week.

Allemaal redenen om aandacht te besteden aan valpreventie voor senioren.

Voor deze bijeenkomsten willen we ook de buurtondersteuners en dorpsondersteuners in de verschillende kernen uitnodigen. Zij kunnen voor de inwoners in hun buurt of dorp een belangrijke rol spelen in de voorlichting rondom valpreventie.

Als u wilt deelnemen aan een van de bijeenkomsten, kunt u zich opgeven bij de secretaris van SNH, secretaris@snhilvarebeek.nl, of bij SND in Diessen s.van.roovert@gmail.com.

Met Becadans naar de bios.

Becadans nodigt u uit voor haar jaarlijkse Zomerconcert op zondag 2 juni om 14.00 uur in de Hilvaria Studio's, aan de Goirlesedijk 21B.

Deze keer met als speciaal thema "Filmmuziek" ! Zie ook de Hilverbode!

Seniorendiner



Op dinsdag **11 juni 2024** is er bij **De Eksterhoeve** een seniorendiner voor de leden van SN Hilvarenbeek en SN Diessen. Reserveren bij voorkeur via e-mail: info@eksterhoeve.nl of telefonisch **0135052067**, Esther Hakman. Inloop 17.00 uur en aanvang diner om **17.30 uur**. De kosten zijn **€ 24,50** excl. drankjes. **Let op:** als u zich aangemeld heeft voor het diner en u kunt onverhoopt toch niet deelnemen. Dan graag even afmelden bij de contactpersoon. Dit is wel zo fijn voor de kok!!

In de maanden juli en augustus is er geen seniorendiner!!!

Activiteiten

Biljarten

Op woensdag 8 mei hebben we de finaleronde afgesloten met 2 voortreffelijke kampioenen; Henk Graumans bij de hoge gemiddeldes en Frank van Vugt bij de lage gemiddeldes. Zij wonnen de finale van resp. Jan van Kasteren en Jos Hexspoor. In de tabel hieronder zien jullie de eindstand van beide categorieën van deze finaleronde.



Eindstand hoge gemiddeldes		Eindstand lage gemiddeldes	
1	Graumans, Henk	1	Vugt, Frank van
2	Kasteren, Jan van	2	Hexspoor, Jos
3	Lindeloof, Piet van de	3	Smolders, Ad
4	Koch, Cor	4	Mulders, Piet

Het nieuwe seizoen begint op **2 september 2024**. Als er nog mensen zijn die graag meedoen aan onze competitie en daarnaast ook behoefte hebben aan prettige sociale contacten: meld je aan als biljarter bij Senioren Netwerk Hilvarenbeek.

Tenslotte de openingstijden van de biljartruimte tijdens de zomervakantie: vanaf 8 juli t/m 17 augustus is de bibliotheek en dus de biljartruimte open tijdens werkdagen van 9:00 tot 13:00 uur en zaterdag van 13:00 uur tot 17:00 uur, op zondag is Elckerlyc gesloten.

Tips en ideeën zijn welkom. Bel of mail onze secretaris: **06-13667152**; secretaris@snhilvarenbeek.nl
Een keer een activiteit bijwonen ter kennismaking, dat kan! Meld dit even: **06-24430298** (Paul Buiks).

Velocitas

Elke woensdagmiddag wordt er door de senioren gefietst, We vertrekken om 13.30 uur bij de kerk en fietsen ongeveer 35 km. Sluit gerust een keer aan om de sfeer te proeven. De snelheid kan iedereen aan.

Bewegen voor ouderen

Elke woensdagmorgen wordt er door een bevoegde docent les gegeven in bewegen voor ouderen. Deze oefeningen zijn aangepast en zijn voor iedereen prima te doen. De lessen worden gegeven op [de sintelbanen van Achil van 9.30 tot 10.30 uur](#) en zijn gratis. Na afloop kunt u samen koffie drinken.

Werkgroep Educatie/Cultuur

Natuurwandeling Senioren netwerk Hilvarenbeek zaterdag 27 juli 2024

Na drie maal de Oranjesbond van Orde te hebben onderzocht op de geschiedenis, biodiversiteit en de samenhang tussen dode en levende organismen in het gebied gaan we nu onze aandacht richten op een geheel ander gebied nl. [De Rovertse Bergen en het Rovertse ven](#).

Veel onderzoek is in dat gebied gedaan door een zeer bekend wetenschapper Henk Moller Pilot uit Tilburg die 10 jaar onderzoek heeft gedaan in het gebied waar de Roodloop zijn oorsprong heeft en stroomt richting het Spruitenstroompje nabij De Zeuven Lindekes in de Biest.

Het onderzoek ging vooral over het waterleven in het gebied en regelmatig doet onze vereniging nog onderzoek naar de dieren die daar leven, van insecten, spinnen tot amfibieën en ook wordt dan onderzocht naar de stroming van de beek. Voldoende dus om eens verder op in te gaan tijdens onze wandeltocht in het begin van dit gebied. Ik zal zorgen voor een erg leuke verassing wat direct heeft te maken met het waterleven in dat gebied.

Naast het Rovertse Ven is gelegen de Rovertse Bergen en daar weten de ouderen van Hilvarenbeek nog veel over te vertellen in de tijd dat ze zelf nog kinderen waren en daar fijne belevingen hebben mogen ervaren.

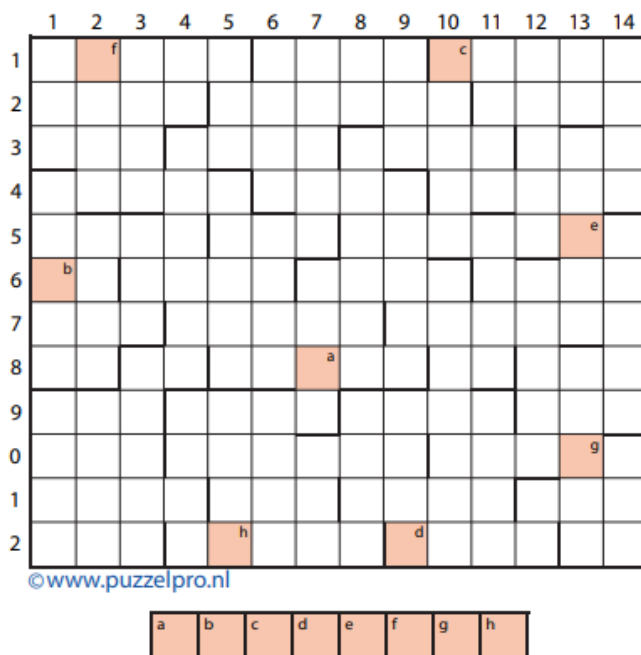
Als we door het gebied lopen dan zullen waarschijnlijk veel leuke herinneringen boven komen drijven en het zou erg leuk zijn om deze te delen met veel enthousiaste mensen. Graag tot 27 juli 2024.

We verzamelen om 10.00 uur bij De Zwaan aan de Vrijthof. Koffie en gebak zijn gratis. Om 11.00 uur vertrekken we naar de Rovertse bergen, het liefst met de fiets.

U kunt zich tot 24 juli a.s. opgeven bij [Stan Meijer](#) : stanenmarijke@gmail.com of [teL: 013 – 505 2581](tel:013-5052581) en [Ad Vugts](mailto:aahvugts@caiway.nl) e-mail : aahvugts@caiway.nl tel: [013 – 505 2126](tel:013-5052126)
Er kunnen 30 mensen deelnemen.

Pastor Cor Daemen presenteert 'Eenvoud in het licht'

Er zijn mensen die van puzzelen houden. Ze zitten met 1000 stukjes in de hand en proberen 'Storm op de Noordzee' te leggen. Zonder doorzettingsvermogen, geduld en gedrevenheid geen bevredigend resultaat. Veel van die gedrevenheid kenmerkt pastor Cor Daemen. Zijn zoektocht naar Antonius Ooms lijkt op die van de puzzelaar met dit verschil; Cor Daemen had maar twee stukjes in zijn hand en moest de resterende 998 erbij zoeken. Het resultaat van die zoektocht werd onlangs gepresenteerd in de abdij van Postel.



Horizontaal: 1 welpenleidster; blijvende vijandschap; betaalplaats - 2 godsdienstig gebruik; tegen; bereide dierenhuid - 3 getal; graanafval; inkeping; vertrager - 4 hartige hap; open kist; planeet - 5 staat in Amerika; familielid; malloot - 6 per omgaande; duizend gram; vluchtheuvel; mestvocht - 7 priem; riv. in Frankrijk; grote golf - 8 rooms-katholiek; compact disc; brede sjaal; science fiction; Turks bevelhebber - 9 deel v.e. korenhalm; van tijd tot tijd; kuip; behoeftig - 10 tweetal; brede laan; meubelstuk - 11 pl. in Gelderland; tijdperk; deel v.h. lichaam; bijbelse vrouw - 12 ondersoort; nauwe doorgang; windrichting; per persoon.

Verticaal: 1 oppervlaktemaat; enorm goed; bladnerf - 2 schrander; vertaler; gehoorzaal - 3 vulkaan op Sicilië; grote bijl; terreinrit - 4 Frans lidwoord; afweermiddel; vleesstokje - 5 komisch nummer; bakbeest; bakruimte - 6 deel v.h. bestek; één keer; beenderinhoud - 7 bijzonder groot; bloeiwijze; regenachtig - 8 motorraces; woestijndier; metalen kokertje - 9 roem; gewichtsaf trek; honderd jaar - 10 glazen kan; houding - 11 Griekse letter; jong dier; langzaam - 12 glazen aanbouw; carnavalsgroet; luitenant - 13 selenium; adellijk persoon; mestvork - 14 behoeftig mens; onbuigzaam; Noord-Europeaan.