

Extra **ONS**Boxtel géén **ONS**



Magazine voor en door leden van Seniorenvereniging Boxtel nr. 8 augustus 2025.

Van de voorzitter

Gezondheid

Onze immer alerte penningmeester heeft via Senioren Brabant en Zeeland van de **stichting RCOAK** een subsidie binnengehaald van € 750,-- voor de organisatie van onze kerstvieringen dit jaar. Dank hiervoor! De stichting RCOAK (Roomsche Catholieke Oude Armen Kantoor) versterkt al meer dan 400 jaar organisaties en initiatieven gericht op ouderen in heel Nederland.



Ook veel dank aan onze leden die ons via hun deelname aan de Vriendenloterij extra steunen. Deelnemers aan de vriendenloterij kunnen onze vereniging gratis steunen door ons sponsor te maken. Dat levert onze vereniging € 6,-- per lot per maand op! Op dit moment krijgt onze vereniging al zo'n € 200,-- extra inkomsten per maand!!

Daarom nog een keer hoe u of vrienden en familie onze vereniging gratis kunnen steunen:

- Bel de vriendenloterij: **T 088-0201020** op werkdagen tussen 10.00 uur en 17.00 uur.
- Kies optie 4, overige vragen en u krijgt een medewerker aan de telefoon.

- Er wordt gevraagd naar postcode, huisnummer, naam en geboortedatum.
- Geef te kennen dat u Seniorenvereniging Boxtel met Verenigingsnummer: 21916 wilt sponsoren.

Op 19 juni was er een algemene ledenvergadering van Senioren Brabant en Zeeland. Daarbij sprak de arts **Ted van Essen**, voorzitter van de Nederlandse Immunisatiestichting, over het belang van vaccinaties. Veel mensen laten de griepvaccinatie aan zich voorbijgaan. Toch belanden er ieder jaar best veel ouderen in het ziekenhuis als gevolg van complicaties bij een griep. Denk aan beroertes of hartfalen. En juist tegen die ziekenhuisopnames biedt de griepvaccinatie een zeer goede bescherming. Ook beveelt hij de herhaalvaccinatie voor corona aan. Je hoort er nu niets meer over, maar corona is er nog steeds en daarmee ook het risico op complicaties en long covid (blijvende klachten). Ik geef de aanbevelingen graag aan u door. Want de financiële gezondheid van onze vereniging vind ik belangrijk, maar uw gezondheid natuurlijk nog veel meer! Tot slot wens ik u namens ons bestuur een heerlijke zomertijd.

Henk Bergmans

Verder in dit nummer:

Extra ledenvergadering, Lezing Vennenpad, Redactie, Uit eten, Wandelen, Rabo, Film, Fietsen, Volendam, Edulab, Open tuin, Kermis, Soldaat van Oranje, St.-Jan, WhatsAppgroep, Frozen, Winery en Herbs, Powerliften, Fotograferen met smartphone Zwarte Woud, Klussendienst, Rots, Handig om te weten, Agenda, Contactinformatie.

Joop van den Borne Optiek & Hoorcomfort speciaalzaak



Als KBO-lid ontvangt u bij ons ook voordeel

Bij onze speciaalzaak kunt u terecht voor vrijblijvende en vakkundige oogmetingen en hoortesten, adviezen en oplossingen voor uw ogen en oren.
Bij aankoop van een complete bril (montuur en glazen) 10% korting*
Uw audicien is René Hendriks

**niet geldig in combinatie met andere acties en/of kortingen.
Vraag naar de voorwaarden.*

Markt 9 – Boxtel, tel. 0411 67 41 98



Fysiotherapie
Handencentrum
Senioren behandelcentrum
Vitaliteit & Training

LIJV Senioren Behandelcentrum

- ✓ Gespecialiseerd in het ouder wordende lichaam
- ✓ Rustige, prikkelarme oefenruimte
- ✓ Valpreventietraining
- ✓ Specifieke oefenapparatuur voor senioren



Tel 085 – 006 4880
Molenpad 7b | 5281 JV | Boxtel

E-mail secretariaat@lijv.nl
Website lijv.nl/fysiotherapie



Wij verwelkomen u graag in onze winkel aan de Rechterstraat. De persoonlijke benadering, de vriendelijkheid van de medewerkers en de uitmuntende service maken onze winkel zo uniek. Loop eens binnen en overtuig uzelf. Ook nadat u een nieuwe telefoon heeft gekocht, kunt u natuurlijk altijd binnenlopen als u vragen heeft. Uitleg alsmede nazorg vinden wij erg belangrijk.

Wij hebben smartphones van de merken Nokia, Samsung, Apple, Huawei. Ook hebben we voor senioren toestellen van Doro voorradig. Wat betreft providers bieden wij zowel prepaid als abonnementen aan van: T-Mobile, KPN, Vodafone, Ben, Youfone, Lebara en Lyca.

Dect toestellen van Gigaset en Doro zijn bij ons ook te verkrijgen en vanzelfsprekend kunt u ook terecht voor allerlei accessoires op het gebied van telecom.

PROEF!
Culinaire

Delicatessen • Wijnen • Geschenken • Catering
WWW.PROEFCULINAIR.NL

Speciaal voor u als
KBO Lid:

5% Korting op het
assortiment kazen en
vleeswaren

Rechterstraat 54
5281 BX Boxtel
0411 689995

Bakx Uitvaartzorg



Afscheid nemen zoals u dat wilt
Warm – vertrouwd – zorgzaam

Wij ontfermen ons over uw dierbare, bewaken uw wensen en staan altijd voor u klaar



24 uur per dag te bereiken
0411 - 63 29 43
06 - 29 17 64 37



**Perfectie in
elke afdruk.**

**PRINT
& SIGN**



013-535 09 09 | mmprinting.nl



Voor directe hulp en ondersteuning
rondom een overlijden
Bel Bijnen Uitvaartzorg in Boxtel
0411 - 684 769 www.bijnen.nu

Bijnen Uitvaartcentrum Liduina | Liduinahof 35 | 5281 AD Boxtel



BIJNEN
UITVAARTZORG

B

Extra algemene ledenvergadering

Uitnodiging voor het bijwonen van de extra algemene ledenvergadering op:

Dinsdag 12 augustus 2025 om 13.30 uur in Gemeenschapshuis De Walnoot.

Agenda:

1. Welkom en opening door voorzitter Henk Bergmans.
2. Verkiezing van een nieuwe voorzitter.

De huidige voorzitter Henk Bergmans heeft aangegeven dat hij tot zijn spijt het voorzitterschap moet neerleggen wegens verhuizing naar een andere woonplaats.

Het bestuur heeft Mevrouw **Dineke van Gemert** bereid gevonden om zich kandidaat te stellen voor het voorzitterschap en draagt haar graag als nieuwe voorzitter voor.

Op grond van artikel 8, lid 1 van de statuten, kiest de ledenvergadering de voorzitter van de vereniging. Daarom is er een **extra ledenvergadering** uitgeschreven.

Als andere leden van de Seniorenvereniging Boxtel zich voor deze functie kandidaat willen stellen, kunnen zij zich tot 29 juli 2025 melden bij Henk Bergmans.

Mevrouw Dineke van Gemert en mogelijk andere kandidaten stellen zich kort voor tijdens de ledenvergadering. Daarna is er de mogelijkheid tot het stellen van vragen.

De ledenvergadering kan oordelen dat deze stemming bij acclamatie kan plaatsvinden (artikel 7, lid 4 van de statuten).

Bij schriftelijke stemming benoemt de voorzitter een commissie bestaande uit drie personen, die geen bestuurslid zijn. Deze commissie is belast met het bepalen van de uitslag van de stemming.

Mogelijkheid tot reactie van de gekozen nieuwe voorzitter en de huidige voorzitter.

3. Sluiting: Het bestuur gaat ervanuit dat de sluiting rond 13.50 uur kan plaatsvinden.

Lezing

Belangstellende leden kunnen daaropvolgend om **14.00 uur** de lezing bijwonen over het **Brabants Vennenpad** door **Ivan Crost**.

Namens bestuur van Seniorenvereniging Boxtel, Henk Bergmans, voorzitter

Het Brabants Vennenpad

Dinsdag 12 augustus om 14.00 uur in De Walnoot, geeft **Ivan Crost**, provinciaal belangenbehartiger van Wandelnet Noord-Brabant, een diapresentatie over het **Brabants Vennenpad**.

Het pad brengt u in het zuidoostelijk deel van de provincie, langs vennen in De Kampina, De Kempen en De Groote Heide, door het Land van Van Gogh en over vele landgoederen. Prachtige paadjes langs de meanderende Dommel brengen u steeds zuidelijker tot de Belgische grens. Hij vertelt hoe het pad is ontstaan, waar het door loopt en over de werkgroep die het pad verzorgt. Per gedeelte van het pad vertelt hij over de wetenswaardigheden. Het verhaal over het pad kan hij zo lang maken als hij zelf wil, omdat over ieder pad een hoop te vertellen is. Hoe de langeafstandspaden en streekpaden zijn ontstaan en wat er allemaal bij komt kijken. Uiteraard kunt u vragen stellen en zal hij deze beantwoorden.



Van de redactie

Wat hebben we veel kopij ontvangen. Heel verschillend, maar allemaal prima. Er is zoveel dat er nu een extra dik nummer voor u ligt! Deze keer krijgt u geen ONS van Brabant Zeeland, maar wel de zeer gevarieerde ONSBoxtel dubbeldik!

Veel over de reis naar Duitsland, met foto's.

Er komen ook een aantal dagreizen aan.

Zet ook de **extra ledenvergadering, op 12 augustus in De Walnoot** in uw agenda, met daarna een lezing over het **Brabants Vennenpad**.

De redactie is altijd blij met kopij. Even nog een keer de regels op een rijtje.

- De ONSBoxtel is voor leden, door leden. **Niet meer dan 200 woorden** en graag met foto's.
- De tekst aanleveren in bijvoorbeeld in een word bestand, geen PDF.
- De redactie haalt de eventuele taalfouten eruit en zinnen die niet lopen, passen we aan.
- Aan de strekking van uw verhaal doen we niets!
- Soms moeten we, om uiteenlopende redenen, besluiten om kopij niet te plaatsen.

De redactie wenst u een mooie zomer, houd het koel binnen en drink genoeg.

Eetpunt Elisabethsdael

Gezond & Makkelijk eten
Iedere week een ander menu met
veel variatie en keus

Maandag
t/m
Vrijdag

Mgr. Bekkerstraat 6

Boxtel Tel: 06 - 44 04 94 93

Eetpunt  Boxtel

ELISABETHSDAEL

GEZOND & MAKKELIJK



Vincentius

Boxtel

STATIONSSTRAAT 18 BOXTEL
WWW.VINCENTIUSBOXTEL.NL

Ieder
mens telt!



Gemeenschapshuis de Walnoot

Reginahof 1 Boxtel 0411-673485 Beheerders@dewalnootboxtel.nl



BAS

PODOLOGIE

Koninklijke behandeling voor je voeten en schoenen



BAS
SCHOENREPARATIE
PODOLOGIE
OUTDOOR SPECIALIST
STOMERSERVICE
SLEUTELSERVICE
KLEDINGREPARATIE
LEDERWAREN
FURNITUREN
NAAMBORDEN

WWW.SCHOENMAKERIJBAS.NL



MONPC

- Computer Service Boxtel -

0411- 607 603 | 06 - 24 32 65 34

van Beekstraat 17 | 5282RV | BOXTEL

- Computer Reparaties (no cure no pay)
- Verkoop Nieuwe & 2^{de}handse Computers en Randapparatuur

www.monpc.nl | info@monpc.nl

Vervoer voor senioren van deur tot deur!



Wij rijden op alle werkdagen in Boxtel, Esch, Lennisheuvel, Liempde en Gemonde

Ritten aanvragen kan op alle werkdagen
tussen 9.00 uur en 13.00 uur

€2,50 voor een enkele rit
€20 voor een boekje met 10 ritten

06 - 12 51 87 15

www.seniorenvervoerboxtel.nl



**OLIE
& ZO**
GARAGE

ONDERHOUD - REPARATIE - SCHADEHERSTEL - BANDEN - APK & ZO

www.olie-zo.nl

Olie&zo Garage | Runmolen 7 | 5281 PJ | Boxtel | tel. 0411 - 672047

Aangesloten bij



Uit eten met Seniorenvereniging Boxtel

Woensdag 13 augustus om **17.00 uur** gaan we uit eten bij het restaurant van **Het Wereldhuis**,
Achterbergstraat 18.



Er wordt een 3-gangenmenu geserveerd:

Voorgerecht: Groentesoep.

Hoofdgerecht: Spaghetti carbonara met ham.

Bijgerecht: Rauwkost.

Nagerecht: Toetje van de dag.

Kosten € 13,50 exclusief drankjes.

Aanmelden van 28 juli tot 6 augustus.

Woensdag 27 augustus om **17.00 uur** gaan we uit eten bij het restaurant van **Simeonshof**, Annastraat 7.

Er wordt een 3-gangenmenu geserveerd:

Voorgerecht: Kippensoep.

Hoofdgerecht: Zalmfilet met vissaus of
Schnitzel met champignonsaus.

Bijgerecht: Frietjes, bloemkool, appelmoes en salade.

Nagerecht: Toetje van de dag.

Kosten € 13,50 exclusief drankjes.

Aanmelden vanaf 28 juli tot 20 augustus en aangeven wat u wilt eten.

Lunch bij Elisabethsdael

Elke laatste vrijdag van de maand gaan wij lunchen bij Elisabethsdael.



Op **vrijdag 29 augustus** is er om **12.00 uur** een **lunch speciaal voor leden** van Seniorenvereniging Boxtel.

Kosten € 11,50.

Aanmelden voor 21 augustus.

Voor al het uit eten kunt u zich aanmelden bij:

Laura Bekers T 06 1387 7041: Alleen op werkdagen tussen 9.00 uur en 17.00 uur!
laurabekers55@gmail.com

SV Boxtel/De Keistampers

Dinsdag 5 augustus vertrek om **13.30 uur** vanaf de Markt in Esch met Stan van Kleef.

Dinsdag 19 augustus vertrek om **13.30 uur** vanaf de Lidl in Boxtel met Jan Spijkers.

De route is tussen de vijf en acht kilometer lang, indien mogelijk met rustpauze.

Aanmelden is niet nodig. Er zijn geen kosten aan verbonden. Eventuele consumpties zijn voor eigen rekening. Iedereen wandelt op eigen risico.

Harrie Schellekens, commissielid wandelen



RABOBANK ClubSupport Actie 2025

Evenals voorgaande jaren heeft Seniorenvereniging Boxtel zich ingeschreven voor deelname aan de actie **Rabo ClubSupport**.

Leden van de Rabobank kunnen stemmen op hun vereniging. Verenigingen met de meeste stemmen krijgen op basis van het aantal behaalde stemmen een geldbedrag van de Rabobank.

De stemperiode is van **1 tot en met 23 september**.

Bent u nog geen Rabo-lid maar hebt u wel een Rabo Bankrekening dan kunt u zich gratis aanmelden als lid. Neem hiervoor contact op met uw Rabobank: **Klantenservice T 088-722 6600**, op werkdagen tussen 8.00 uur en 18.00 uur en op zaterdag tussen 9.00 uur en 17.30 uur.

Als Rabo-lid kunt u stemmen op drie clubs. Als u stemt via de Rabo App of via Rabo Online Bankieren. Is hiervoor geen stemcode nodig.

De lijst met deelnemers (waaronder onze vereniging) staat onder de knop **'Rabo ClubSupport'** via knoppen **'Service'** en vervolgens **'Lidmaatschap'** kunt u uw stemmen uitbrengen.

Bent u niet digitaal actief, dan kunt u via de **Klantenservice** uw code opvragen. U ontvangt deze telefonisch of desgewenst per post. Stemmen moet wel via de website gedaan worden. Uw familie of een kennis kan u daarbij helpen.

Stemt u ook voor onze vereniging? Alvast hartelijk dank voor uw stem!

Frans Pennings, penningmeester

Film in het Wereldhuis

Beste film liefhebbers, de laatste filmmiddag voor de vakantie is alweer geweest. Velen van u hebben genoten van de films die gedraaid werden.

José en Theo hartelijk dank voor jullie werkzaamheden hiervoor!

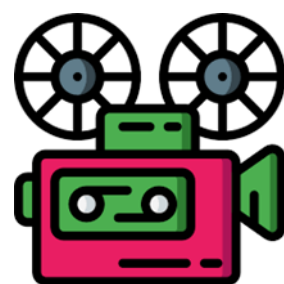
Ook willen we Marlies en Sjaak dankzeggen voor het vele sjouwwerk, dat ook moet gebeuren!

Op **17 september** gaan we weer van start met een nieuwe film.

Helaas moeten we **de entreprijs gaan verhogen**, omdat wij een licentie moeten aanschaffen om een film te mogen vertonen.

In verband met de extra onkosten is de entree vanaf 17 september **€5,-**. Inclusief een kop koffie of thee.

De activiteitencommissie



**Van dinsdag t/m zaterdag betalen 55 plussers slechts
€21,-. En alle 70 plussers slechts €17,-**

Herenkapsalon Marc Schoenmakers. Tel: 0411-675712 of 06-21465673
Bosscheweg 45, 5281AH Boxtel. Graag bellen voor een afspraak! www.kapsalonschoenmakers.nl



**SYBILLA BUISMAN
OPTIEK-OPTOMETRIE**

Breukelsestraat 39 ☎0411 683843

**Wij bieden u; 10% korting op
de prijs van monturen,**

- *gediplomeerde opticiëns, optometrist,
contactlensspecialisten,
- *rolstoelvriendelijke oogmeetruimte,
- *indien gewenst kunnen we u halen en
thuis brengen.

Maandag gesloten

www.buismanoptiek.nl



FysioBoxtel

Fysiotherapie // Manueeltherapie
Kinderfysiotherapie

Fysiotherapie ook voor ouderen
Behandeling aan huis op verwijzing
Valpreventie

Nieuwe Nieuwstraat 3, Boxtel T: 674811

www.fysioboxtel.nl



*e-bike
Specialist*

**MET
AANDACHT
VOOR U**

**Ons Experience Center
en Winkel zijn uniek
in Brabant!**

Hier kunt u al onze
topmerken zien en
uitproberen.
Natuurlijk staan
wij klaar om al
uw vragen te
beantwoorden.

Ernst Loois

**ELAN
BIKES**

RIESE & MÜLLER Croonpassage 2
EXPERIENCE CENTER elanbikesupport.nl



Nieuwstraat 3
5271 AB Sint-Michielsgestel
jensmannenzaken@hetnet.nl
0735530444

PME - Vanguard - Bluefields - No-excess -
NZA Meyer Olymp - Digel - Alan Red -
Schiesser - Falke - Giordano - Baileys



van Doornmalen Elektro
Stationsstraat 26A - 0411-750722

**Voor KBO-leden
10% korting op
accessoires**

E: info@vandoornmalenelektro.nl
I: www.vandoornmalenelektro.nl



gemeenschapshuis

de ROTS
boxtel

Bij ons is de koffie altijd bruin!
Op dinsdagochtend: 2^{de} kopje gratis.

dommel notarissen_

**kom
verder**

dommelnotarissen.nl

Fietsen met Seniorenvereniging Boxtel

Op **woensdag 30 juli** is de route richting **Den Dungen**.

Het koffieadres: Eetcafé Keesje, Poeldonk 17, 5275 HP Den Dungen.

Op **woensdag 13 augustus** is de route richting **Boskant**.

Het koffieadres: De Vriendschap, Pastoor Teurlingsstraat 30, 5492 EE Sint-Oedenrode.

Op **woensdag 20 augustus grote fietsdag**. Zie elders in deze ONSBoxtel.

Op **woensdag 27 augustus** is de route richting **Best**.
Het koffieadres: Het Boshuis, Sonseweg 39, 5681 BH Best.

Consumpties in de pauze zijn voor eigen rekening.

De eerste groep start om **13.15 uur**. Dit zijn fietsers die 19 à 20 km per uur willen fietsen.

De afstand is ongeveer 40 km.

Contactpersoon: **Laura Bekers T 06 1387 7041**.

Alleen op werkdagen tussen 9.00 uur en 17.00 uur!

Email: laurabekers55@gmail.com

De tweede groep start om **13.30 uur**.

Dit zijn fietsers die 15 à 16 km per uur willen fietsen.

De afstand is ongeveer 30 km.

Contactpersoon: **Henk van Uden, T 06 2941 6874**.

Email: hagvanuden@gmail.com

Wij vertrekken altijd vanaf de parkeerplaats bij Hockeyclub MEP, Hoek Parkweg-Molenwijkseweg.

Het wordt op prijs gesteld dat u, voor uw eigen veiligheid, een reflecterend hesje draagt.

U fietst altijd mee op eigen risico.

De fietscommissie

Voorankondiging Fitdag

Zaterdag 4 oktober Fitdag in De Walnoot.

Al een aantal jaren wordt de Fit(test)dag georganiseerd in Boxtel.

Een inspirerende en energieke ochtend speciaal voor 70-plussers uit Boxtel. De dag draait om gezond ouder worden, bewegen, ontmoeting en het versterken van de eigen regie.

Dit jaar wordt de Fitdag georganiseerd op 4 oktober, in de ochtend in De Walnoot.

Er zijn **workshops over valpreventie, muziek & beweging en positieve gezondheid**.

Ook kunt u deelnemen aan **een interactieve sessie** met **Arnold Vanderlyde**.

Bent u 70 plus en hebt u interesse, zet de Fitdag dan alvast in uw agenda.



Grote Fietsdag 2025

Op **woensdag 20 augustus 2025** gaan we Happen en Trappen.

De eerste groep fietst ongeveer 80 kilometer en de tweede groep ongeveer 65 kilometer.

Vertrek: Beide groepen vertrekken om 9.00 uur vanaf het parkeerterrein van hockeyclub MEP.

Programma:

1e Stop: koffie met gebak bij **Komaen** in **Spoordonk**.

2e Stop: gezamenlijke lunch bij **Boerderijterras Spekdonken** in **Vessem**.

3e Stop: drankje op de **Markt** in **Oirschot**.

Afsluiting met een gezamenlijk eten bij:

Het Wereldhuis, Achterberghstraat 18, 5281 AB Boxtel.

De keuze bestaat uit nasi of bami.

Kosten voor deze dag € 45,-- voor koffie, gebak, lunch en diner (exclusief drankjes bij stops en diner)

Zorg dat uw fiets in orde is en neem de oplader mee!

Aanmelden: voor 10 augustus bij: **Henk van Uden T 06-2941 6874** of email: hagvanuden@gmail.com of **Laura Bekers T 06-1387 7041** (alleen op werkdagen tussen 9.00 uur en 17.00 uur) of email:

laurabekers55@gmail.com

Bij aanmelden graag vermelden of u met de 80 km of de 65 km mee wilt gaan en wat u wilt eten bij het Wereldhuis. (Bami of Nasi)



- **Het wordt op prijs gesteld dat u, voor uw eigen veiligheid, een reflecterend hesje draagt.**
- **U fietst altijd mee op eigen risico.**
- **Deelname is geldig na overmaken van € 45,-- op de bankrekening van Seniorenvereniging Boxtel NL 62 RABO 0108 8419 60 met duidelijke vermelding: Grote fietsdag en uw naam.**
- **Bij afmelden na 13 augustus kunnen wij helaas geen geld terug geven.**

De fietscommissie

SV BOXTEL organiseert in samenwerking met **EMA Reizen** de volgende dagtocht: **VAREND NAAR VOLENDAM...**

WOENSDAG 10 SEPTEMBER

08.15 uur: bij Annastraat 1, bij de bushalte Achterbergstraat en daarna bij De Rots.



Volendam heette oorspronkelijk Follendam. Oorspronkelijk kwam hier de IJ of E, waaraan de plaats Edam lag, in de Zuiderzee. In 1357 groeven de Edammers een kortere verbinding tussen het Purmermeer en de Zuiderzee. Daarna werd voor de oude haven van Edam een dam aangelegd en de oude haven werd dichtgemaakt, vandaar Follendam. Zo kreeg Edam een nieuwe haven, het Oorgat. Al snel vestigden zich hier boeren en vissers.

Tegenwoordig is Volendam een plaats met zo'n 22.000 inwoners. De toeristen komen van heinde en ver

op zoek naar langvergeten klederdracht, de vissersboten en de palingsound. Daarnaast vinden ze ook souvenirwinkeltjes aan de haven en een bevolking die zich qua gebruiken onderscheidt van de rest van Nederland met onder andere een kenmerkend dialect, het Volendams. Daarnaast is Volendam historisch gezien altijd een zeer rooms-katholiek dorp geweest in een verder veelal protestantse omgeving.

Vanaf uw opstapplaats rijden wij rechtstreeks naar Amsterdam waar we gastvrij worden ontvangen op een van de boten van Amsterdam Boat Cruises. Hier staat een kopje koffie met gebak voor u klaar. Ondertussen worden de trossen losgemaakt en gaan wij aan de vaartocht beginnen. Tijdens deze vaartocht ontvangt u aan boord ook een lunch. De skipperlunch bestaat uit broodjes ham, kaas en kroket en een kopje koffie of thee. Wij passeren het Amsterdam Centraal station en de cruise terminal, via de oranje sluizen varen we richting het eiland Pampus en het Markermeer, waarna we rond 13.30 uur aanmeren in de haven van Volendam. Hier vindt u direct de Dijk en de Haven met zijn gezellige restaurantjes en terrasjes. Bij aankomst hebt u de tijd om eens lekker rond te struinen. Wie weet loopt u nog wel een bekende Volendammer tegen het lijf tijdens uw bezoek aan Volendam. Op een afgesproken tijd wordt u weer bij de bus verwacht en gaan we aan de terugreis beginnen. Onderweg maken we nog een stop voor een goed verzorgd diner waarna wij u terugbrengen naar uw opstapplaats.

Thuiskomst: rond 20.15 uur.

Inclusief: busreis - 1x koffie met gebak - vaartocht van Amsterdam naar Volendam - lunch zoals omschreven - vrij bezoek in Volendam - het diner.

De prijs van deze dagtocht bedraagt: € 117,00 per persoon.

Als u niet zelfstandig kunt reizen, dient u een begeleider mee te nemen.

Ticketverkoop is op 28 augustus in Elisabethsdael en Simeonshof van 2 uur tot 3 uur en op 4 september in Simeonshof van 2 uur tot half 3.

Als u zich onverhoopt moet afmelden voor deze reis kunnen wij helaas geen geld teruggeven. U kunt een annuleringsverzekering bij Centraal Beheer afsluiten. T 055-579 8000.

Bezoek Edulab

Op **maandag 29 september 13.30 uur** bezoek aan **Edulab**, Poort van Veghel 4940, 5466 SB **Veghel**.

Het Edulab is een initiatief van Actemium. Actemium houdt zich bezig met industriële automatisering. Zij ontwerpen en programmeren de systemen die in de industrie gebruikt worden.

Er kunnen 20 leden deelnemen aan dit bedrijfsbezoek. Dus, hebt u interesse meldt u dan aan. Indien u als chauffeur deelneemt, graag doorgeven hoeveel plaatsen u beschikbaar hebt. Als passagier betaalt u € 3,-- aan de chauffeur. Eerst moeten we genoeg chauffeurs hebben natuurlijk. Als er voldoende deelnemers zijn, krijgt u bericht, als chauffeur of passagier.

Als dit bezoek 20 leden telt, wordt u automatisch naar **27 oktober** verplaatst, met dezelfde tijd.

Helaas niet voor rolstoelen, voor rollators is het moeilijk.

Inschrijven kan alleen per mail:

activiteiten@seniorenboxtel.nl van 1 augustus tot 24 augustus. NIET eerder.

De activiteitencommissie



Open tuinendag

Zondag 24 augustus van 11.00 uur tot 17.00 uur
"Geelderseberg" Geelderseweg 4, 5283 VN Boxtel.

Open tuinendag in samenwerking met "Groei en Bloei Meijerijstad".

Entree en koffie en thee zijn gratis.

De activiteitencommissie

Kermis in Boxtel is voor iedereen

Van 15 augustus tot en met 20 augustus vindt in Boxtel de jaarlijkse kermis plaats.

De gemeente Boxtel vindt het belangrijk dat de kermis voor iedereen wat te bieden heeft, ook voor ouderen en bewoners van zorgorganisaties.



Op **maandag 18 augustus** en **dinsdag 19 augustus** tussen **10.00 uur** en **16.30 uur** kunnen **ouderen en bewoners van zorgorganisaties** gebruik maken van de nostalgische draaimolen, die wordt geplaatst in de **Croon Passage** (tegenover Trots, achter restaurant de Rechter).

De draaimolen beschikt over enkele gemakkelijke fauteuils en is toegankelijk voor ouderen die gebruik maken van een rolstoel.

Voor de organisatie van deze activiteit is het van belang dat we enig zicht hebben op het aantal deelnemers en horen graag van u of u komt. Wij hopen u op 18 augustus of 19 augustus te kunnen begroeten bij de draaimolen.

De organisatie is in handen van:

De Wilt Draait Verder.

U kunt zich opgeven door **vóór 29 juli** een mail te sturen naar activiteiten@seniorenboxtel.nl of een briefje naar: Activiteiten Senioren Boxtel, L. Reurings, Meidoorngaard 7, 5283 EK Boxtel.

De activiteitencommissie

Koffie met Kennis

Vanaf september is het weer elke derde dinsdag van de maand van 10.00 uur tot 12.00 uur in bibliotheek Boxtel Koffie met Kennis. Toegang is gratis. Aanmelding via www.huis73.nl of aan de balie van de bibliotheek.

Op **dinsdag 16 september** geeft **Annemarie Bon** een **lezing over kinderboeken**.

Waarom zou u als u volwassen bent geen kinderboeken meer lezen? Annemarie Bon schrijft voor alle leeftijden, zowel fictie als non-fictie. Ze heeft al minstens 150 kinderboeken geschreven en kan kleurrijk vertellen over de waarde van kinderboeken voor een volwassen lezer.

Op **dinsdag 21 oktober** een lezing van **Heemkunde Boxtel: de Maand van Geschiedenis**, over de geschiedenis van Boxtel.

SV Boxtel organiseert in samenwerking met EMA reizen de volgende musicalreis:

SOLDAAT VAN ORANJE

WOENSDAG 29 OKTOBER

Vertrek vanuit Boxtel bij De Rots (tijd volgt)



Als de Duitsers in 1940 Nederland binnenvallen, leeft de Leidse student Erik Hazelhoff Roelfzema met zijn Leidse vrienden een onbezorgd studentenleven. De dan ongeveer 23-jarige jongens realiseren zich als donderslag bij heldere hemel dat niets meer hetzelfde is. Vriendschap en liefde zijn niet langer vanzelfsprekend. De oorlog zet alles op zijn kop, alle verhoudingen op scherp. Iedereen moet zijn eigen keuzes maken...: Ga je vechten voor Vrijheid, Volk, Vaderland? Steek je je kop in het zand en studeer je door? Of kies je doelbewust voor de vijand?

Soldaat van Oranje - De Musical is gebaseerd op het waargebeurde verhaal van één van de grootste verzetshelden uit onze vaderlandse geschiedenis: Erik Hazelhoff Roelfzema.

Aan het begin van de oorlog ontsnapt Erik naar Engeland van waaruit hij zendapparatuur naar Nederland smokkelt en als piloot betrokken is bij

bombardementen op Duitsland. Hij wordt adjudant van Koningin Wilhelmina en ontvangt voor zijn verzetswerk al tijdens de oorlog de Militaire Willemsorde, de hoogste Koninklijke onderscheiding. Zijn beroemde boek Soldaat van Oranje werd in 1977 verfilmd met Rutger Hauer in de titelrol en is nu op vernieuwende wijze te zien als musical in de TheaterHangaar op Vliegveld Valkenburg in Katwijk. Op 8 september 2024 beleefde, deze bekroonde **en langstlopende**



musical, opnieuw een hoogtepunt. De musical ging in een vernieuwd jasje in première. Door de makers van Soldaat van Oranje zijn er na 14 jaar voor het eerst aanpassingen gedaan in de musical. Inhoudelijk gezien is het script aangepast. De bestaande rollen zijn verder uitgediept, om zo een beter beeld te geven van de complexe persoonlijke relaties en tragische keuzes die men moest maken tijdens de Tweede Wereldoorlog. Om deze verdieping kracht bij te zetten zijn er ook twee nieuwe liedjes geschreven, zijn er technische modernisering en decor, projecties, geluid en licht toegepast.

Vanaf uw opstapplaats rijden we rechtstreeks naar Vliegveld Valkenburg, naar de Theaterhangaar. U ontvangt van ons een lunchpakketje bestaande uit een broodje kaas, broodje ham een krentenbol en een flesje water. De bus stopt voor de ingang van het theater en dan is het maar een klein stukje lopen en staat u in de hal van het theater. Als u uw plaatsje heeft opgezocht, kunt u gaan genieten van een ruim drie uur durende voorstelling. Het is een middag die u niet snel zult vergeten, het zal u boeien van begin tot eind! Na afloop van de musical staat de bus weer klaar, we rijden naar een restaurant voor een goed verzorgd driegangendiner. Na afloop van het diner brengen wij u weer terug naar uw opstapplaats.



De prijs van deze tocht bedraagt: € 155,00 per persoon.

Als u niet zelfstandig kunt reizen, dient u een begeleider mee te nemen.

Bij de reissom is inbegrepen: vervoer per luxe touringcar, lunchpakketje met 1x flesje water, ticket rang 1+ (matinee) en het driegangendiner. *Na opgave is de boeking definitief en zijn de entreekaarten niet meer retourneerbaar*

U kunt zich tot 22 september aanmelden bij EMA Reizen:

T 040-204 4145 of via onze site: www.ema-reizen.nl



Lezing over de Sint-Jan in Den Bosch

Op **9 september** om **14.00 uur** zal er in **De Rots** een lezing gegeven worden over misschien wel de beroemdste kerk van Nederland, de Sint-Jan in Den Bosch. Deze lezing zal gegeven worden door **René Reijnen**, die zelf een aantal jaren geleden gids was in dit prachtige gebouw.



Met veel enthousiasme wist hij veel bezoekers te informeren over de historie, maar ook over bepaalde beelden, versieringen en bepaalde ramen.

Wat weet u bijvoorbeeld over het verhaal van de erwtenman? Of het verhaal van de mislukte baldakijn?

En wat heeft boerenkool met onze Sint-Jan te maken? En hoezo is Napoleon verbonden met dit magistrale godshuis?



Uiteraard zal de lezing ondersteund worden door prachtige foto's die René zelf heeft gemaakt.

Wilt u hierover meer weten, kom dan op 9 september om 14.00 uur naar de lezing in De Rots. Entree €5,- en met ledenpas €2,-. Vol=Vol

De activiteitencommissie

WhatsApp-groep muziek/concertbezoek

Houdt u van klassieke muziek en een concertje overdag en doet u dat het liefst samen met anderen? Meld u dan nu aan voor een nieuwe WhatsApp-groep.

Uit onze ledenenquête blijkt veel belangstelling voor muziek/concertbezoek.

De werkgroep **WoZoWel** (WonenZorgWelzijn) neemt het initiatief om een WhatsApp groepje te starten om zulke bezoekjes te organiseren voor degenen het leuk vinden om samen met anderen af en toe in de regio naar (lunch)concertjes te gaan. In principe met het openbaar vervoer, overdag en niet te prijzig. Het is de bedoeling dat het WhatsApp-groepje zelf aan de slag gaat.

Irma Gommers heeft de nodige ervaring met WhatsApp-groepjes en is enthousiast: "Eigenlijk is het heel eenvoudig om een WhatsApp-groep te beginnen. Er zijn maar een paar deelnemers en een beheerder nodig om te starten. U organiseert het op een eenvoudige manier, u kunt zelf voorstellen doen en u kiest telkens zelf of u deelneemt".

Hebt u belangstelling? Meld u aan vóór 10 augustus bij Els Bos via email: chrisels@planet.nl.

We organiseren zo spoedig mogelijk een klein koffiemomentje om met elkaar hierover verder door te praten. Dan kunnen we gelijk met de start van het nieuwe concertseizoen beginnen. We hebben al enkele lunchconcertjes gespot.

Els Bos en Irma Gommers

Verhoging inkomensgrens gemeentelijke regelingen naar 125%

Vanaf 1 januari 2025 is de inkomensgrens voor gemeentelijke regelingen verhoogd naar 125% van de bijstandsnorm. Inwoners met een inkomen tot deze grens kunnen gebruik maken van diverse regelingen.

Beschikbare regelingen:

Collectieve zorgverzekering: De gemeente heeft afspraken met VGZ en CZ. Hierdoor betalen inwoners minder premie voor de basis- en aanvullende verzekering. Meer informatie www.gezondverzekerd.nl

Welzijnsfonds: Vergoeding voor sport, cultuur en recreatie. In 2025 is dit €243,- voor inwoners van 18 jaar en ouder.

Bijzondere bijstand: Voor onverwachte kosten door bijzondere omstandigheden, mits u onvoldoende inkomen of vermogen hebt. Aanvragen doet u meestal vóórdat u kosten maakt.

Meer weten? Ga naar www.berekenuwrecht.nl om te zien of u in aanmerking komt. Voor hulp bij aanvragen kunt u contact opnemen met Wegwijs T 073-5531 600 of mailen naar www.boxtel.nl/vraag-aan-wegwijs.

SV Boxtel organiseert in samenwerking met EMA reizen de volgende musicalreis:

FROZEN

Disney FROZEN, een betoverend sprookj...

WOENSDAG 26 NOVEMBER

Vertrek vanuit Boxtel bij De Rots (tijd volgt)



FROZEN is een sprookje geïnspireerd op het sprookje De Sneeuwconing van Hans Christian Andersen. De musical vertelt het verhaal van de twee zussen Anna en Elsa, in het fictieve koninkrijk Arendelle dat door de verborgen krachten van Elsa in een eeuwige winter is geraakt. Terwijl de kou voortduurt, moeten beide zussen leren dat alleen een daad van ware liefde een bevroren hart kan smelten.

Stage Entertainment Nederland presenteert in samenwerking met Disney Theatrical Productions de musical **Disney FROZEN** in het **AFAS Circustheater Scheveningen**. Op de meermaals bekroonde muziek met nummers als 'Let It Go' (Laat het Los) beleeft het publiek

samen met zussen Anna en Elsa een mysterieus muzikaal avontuur. Net als in de animatiefilm zijn de muziek en liedteksten geschreven door Kristen Anderson-Lopez en Robert Lopez. Deze animatiefilm werd in 2013 uitgebracht in de bioscopen en viert dit jaar zijn tienjarig jubileum. De film won verscheidende prijzen, waaronder twee Academy Awards voor Beste Animatiefilm en Beste Nummer ('Let It Go'), de Golden Globe voor Beste Animatiefilm, de BAFTA voor Beste Animatiefilm en de Oscar voor Best Original Song ('Let It Go'). Aan de musical zijn - naast klassiekers als 'For the First Time in Forever', 'Do You Want to Build a Snowman?' en de wereldwijde hit 'Let It Go' - twaalf nieuwe nummers toegevoegd.

Disney **FROZEN** is te zien in het AFAS Circustheater Scheveningen. Verwacht een spektakel van adembenemende decors en special effects. Laat je niet tegenhouden dit bevroren koninkrijk binnen te stappen. Het verhaal zal ieder hart laten smelten! Stap samen met ons in het adembenemende sprookje **FROZEN** en laat u betoveren.



Vanaf uw opstapplaats rijden wij rechtstreeks naar Scheveningen, het AFAS circustheater. U ontvangt van ons een lunchpakketje bestaande uit een broodje kaas, broodje ham, een krentenbol en een flesje water. De voorstelling is om 14.30 uur, wij zorgen ervoor dat u op tijd aanwezig zult zijn. Wij stoppen voor de deur van het theater, waar de gastheren en -vrouwen u al staan op te wachten. U

wordt meteen gastvrij ontvangen door de medewerkers van het theater. Het moment dat u dit theater binnenstapt, wordt u in de watten gelegd. U begint deze middag met een heerlijk kopje koffie of thee met iets lekkers. Als het tijd is, wordt u naar de zaal begeleid om uw plaatsje op te zoeken. In de pauze staat er een drankje voor u klaar met een hartig hapje. Na afloop van de voorstelling staat de touringcar weer voor u klaar en beginnen we aan de terugreis, onderweg maken nog een stop voor een driegangendiner, waarna wij u terugbrengen naar uw opstapplaats.



De prijs van deze tocht bedraagt € 157,50 per persoon.

Als u niet zelfstandig kunt reizen, dient u een begeleider mee te nemen.

Bij de reissom is inbegrepen: vervoer per luxe touringcar, lunchpakketje met 1x flesje water, ticket rang 1 (matinee), welkom- & pauze-arrangement en het driegangendiner. (Na opgave is de boeking definitief en zijn de entreekaarten niet meer retourneerbaar)

U kunt zich **tot 1 oktober** aanmelden bij EMA Reizen:

T 040-204 4145 of via onze site: www.ema-reizen.nl

Winery & Herbs rondleiding en wijnproeverij

Op 1 juli waren we met 15 personen die de hitte trotseerden en met de fiets of de auto naar Winery & Herbs in Schijndel kwamen. Daar werden we ontvangen door Geert, de eigenaar die vol passie begon te vertellen over hoe hij en zijn vrouw Myriam samen zijn begonnen met Winery & Herbs.



Gewapend met flesjes water, een hoedje en of paraplu startten we de rondleiding door de tuin. Op verschillende plekken stopten we in de schaduw en vertelde Geert onder andere over hoe zij de grond hadden bewerkt om deze geschikt te maken voor alles wat er inmiddels groeide en bloeide, echt prachtig om te zien. We mochten ook verschillende kruiden en bloemen ruiken en proeven.



Aanbeland bij de wijnranken hoorden we van Geert hoe het proces van de groei van de wijnranken verloopt. Het is een heel bewerkelijk proces om uiteindelijk na zo'n 4 jaar de druiven te kunnen plukken om die vervolgens tot een mooie witte of rode wijn te verwerken.



Vanwege de warmte was de rondleiding korter dan anders en nam Geert ons mee naar de ontvangstruimte die lekker koel was en vervolgde daar zijn verhaal.

Ja, dat wijnproeven bestaat toch uit wat meer stappen dan dat de meeste van ons dachten.

Eerst kijken naar kleur en helderheid, dan walsen, dan ruiken en let op, niet meteen met de neus erin maar rustig aan het glas steeds wat dichterbij halen. En dan komt het moment waarop je een slokje kunt nemen. Laat de wijn over je tong glijden en ervaar wat je proeft. In totaal neem je drie slokjes om dan pas te kunnen zeggen of je hem lekker of misschien minder lekker vindt. Bijvoorbeeld te zoet, te zuur of, als je het even niet weet, zeg je deze wijn heeft een complexe smaak.

We proefden zo twee witte en twee rode wijnen en voor degenen die geen alcohol drinken waren er verschillende vruchtenlimonades om te proeven. We kregen ook heerlijke en mooi belegde stukjes stokbrood, gedecoreerd met bloemen en kruiden uit de eigen tuin.

Rond 16.30 uur sloten we de wijnproeverij af en was er nog de mogelijkheid om uit de streekwinkel producten zoals bijvoorbeeld wijn, kruidenthee en limonadesiropen te kopen. Na een mooie, gezellige en leerzame middag gingen we terug de hitte in op weg naar huis.

Els van Esch

De Walnoot 60 jaar



- **Zaterdag 23 augustus | 14.00 - 17.00 uur**
Gebruikersmarkt voor jong en oud

*Kom ontdekken wat er allemaal leeft in De Walnoot!
Met kraampjes, workshops, kinderactiviteiten en lekkernijen.*

- **Zondag 24 augustus | 13.30 - 18.00 uur**
Festival aan de vijver - voor muzikliefhebbers

*Geniet van live muziek, eetkraampje en
een gezellige sfeer aan het water.*

Kom samen herinneringen ophalen, nieuwe mensen
ontmoeten en genieten van alles wat
de Walnoot te bieden heeft.

Iedereen is welkom!



Powerliften op 86-jarige leeftijd!!!

Frans van Beers, geboren en getogen in Liempde in 1939, doet dit gewoon even op een zaterdagmiddag in Sportschool Nikolas PT in Haaren tijdens de powerliftwedstrijd "**Battle of Berserkers**" (Frans is een van de zonen van het **Liempds Boerke**, die velen van u zich vast nog kunnen herinneren als magnetiseur)



Hij presteerde het om zaterdag 21 juni:

- **100 kg te squatten,**
- **65 kg te benchen (bankdrukken) en**
- **102,5 kg te dead-liften,**

na pas 3 maanden training in deze disciplines!!!

En jawel hoor, hij werd van de negen mannelijke deelnemers gewoon **derde** en ging trots met een beker naar huis!!!



Zijn **Trainer Nikolas Thasing Mendez**, vertelde dat hij ontzettend trots is op zijn **55 jaar oudere pupil**.

"Er zijn écht niet veel mensen in de wereld, die dit nog kunnen op deze leeftijd en zo gemotiveerd zijn." vertelde hij.

"En eerlijk is eerlijk," vertelde Frans, "zonder de goeie begeleiding van Niko had ik dit nooit kunnen bereiken. Hij is echt goed in het trainen van mensen, welke leeftijd ook, die gemotiveerd zijn om deze sport te beoefenen."

"Ik was vroeger toen ik nog 70 was en daarvoor, nog véél sterker natuurlijk, maar met deze manier van trainen ga ik ook nú nog heel ver komen. Hahaha, houd me maar in de gaten," riep hij.

Frans is zijn hele leven al sportief geweest en doorspekt met uitdagingen aangaan, omdat hij niet in "hokjes" gestopt wil worden van: u bent te oud

Hij wil ook zijn leeftijdgenoten een spiegel voorhouden. "Als je écht iets wilt, kún je dat bereiken, hoe oud je ook bent."

En natuurlijk moet je ook een beetje geluk hebben met je gezondheid. Alhoewel je daar óók vaak zelf verantwoordelijk voor bent.

Je moet er wel wat voor doen... En laten soms.

Zo beklom hij op 74-jarige leeftijd samen met zijn vrouw het **basecamp van de Mount Everest in Nepal**, waar hij op 11 maart aankwam, op zijn 75^{ste} verjaardag.

Een jaar later beklom hij samen met Wim Hof de **Kilimanjaro in Tanzania** en omdat hij dit helemaal geweldig vond is hij zelf klimtochten gaan organiseren naar de top van de Kilimanjaro.

Tot vier keer toe stond hij daarboven in de meest barre en koude omstandigheden, maar de meest bijzondere keer was toen hij wederom op zijn verjaardag op de top stond met drie van zijn zonen en zijn **80^{ste} verjaardag** daar vierde!!!

Hoe dit kan? Mindset en in jezelf geloven. Altijd een doel hebben en een positieve kijk op het leven, wat er ook gebeurt. Loslaten waar je niks mee kunt. Naar de toekomst kijken en niet naar het verleden. Gezond eten en vooral "heul veul" plezier maken en doen wat je graag doet.

Frans als slotzin: "Het was een prachtige wedstrijd, ik heb een mooie beker gewonnen en ik ben alweer volop in training om aan het eind van het jaar mee te gaan naar een officiële wedstrijd Powerlift in Korea."

Monique van Beers

Sleutel

Een buurvrouw belde mij. "Ik ben gevallen, kun je komen?" Ik pakte haar sleutel en ging er direct op af. Helaas, de sleutel zat aan de binnenkant in het slot. Later bleek dat hij ook nog een kwart gedraaid zat! Wat ik ook deed, ik kon niet naar



binnen. Telefoneren met de buurvrouw was erg lastig vanwege haar gehoor.

Ik heb 112 gebeld, ambulance en politie kwamen snel. Het slot werd eruit gehaald en we konden naar binnen. Ze was alleen maar gevallen en er was gelukkig verder niets aan de hand!

Laat dus nooit de sleutel aan de binnenkant in het slot zitten, want dan kan in geval van nood niemand binnenkomen! Zonder sleutel aan de binnenkant is hulp snel binnen en geeft het minder gedoe!

Aleid Penning

Luisteren naar klassieke muziek

Op **maandag 8 september** van **14.00 uur** tot **16.00 uur** in **Het Muziekhuis**. Passage 4, Boxtel.

Tijdens deze bijeenkomst kunt u muziek beluisteren. Er wordt het een en ander verteld over de componisten en er zal een korte toelichting gegeven worden op de te beluisteren muziekfragmenten. Er zal een korte pauze zijn. De toegang is gratis en aanmelden is niet nodig. Consumpties zijn voor eigen rekening. U kunt alleen pinnen.

Paul Lebbink

Fotograferen met een smartphone

Tijdens de workshops bij de kinderboerderij heeft Jo de Wilt heel veel tips gegeven over het fotograferen met een mobiel. Over de compositie, belichting en stabiliteit, veranderen van het formaat, enzovoort.

Enkele tips:

- Zoek steun tegen een muur of iemands schouder.
- Ellebogen tegen borst houden.
- Eventueel statief gebruiken.
- Zorg voor een rechte horizon.
- Vermijd te veel loze ruimte, zet stap naar voren.
- Zorg voor verdeling voor-, midden- en achtergrond.
- Ga na, waar komt het licht vandaan.
- Vingers niet voor de lens.
- Maak de lensjes regelmatig schoon.
- Tegenlicht foto's kunnen, anders zon in de rug.
- Wees kritisch op wat u maakt.
- Fotografeer regelmatig.
- Reflectie of weerspiegeling.
- Gebruik ook de zijknop om een foto te maken.
- Raadpleeg [info Seniorweb](http://www.seniorweb.nl).



Meer informatie is te vinden

- <https://fotografiebeginner.nl/kennisbank/smartphone-fotografie/>
- <https://www.cameranu.nl/advies/foto/10-tips-smartphone-fotografie>
- <https://www.reisroutes.nl/blog/reisinfo/tips-mooiere-foto-s-maken-smartphone/>
- <https://www.kamera-express.nl/smartphone-fotografie-fotograferenmetmobiel> • Voor bewerking van de foto's: <https://www.digifotopro.nl/fotos-bewerken-op-je-smartphone-doe-je-zo>

Reis naar Zwarte Woud 2025

Zondagmorgen, 8 uur, stond een vijftigtal (kbo-)leden klaar voor de reis richting het Zwarte Woud in Duitsland. Het werd een voorspoedige rit met een stop in het mooie Landau. Onderweg zagen we de grote putten waaruit bruinkool was gegraven en grote velden met druiventeelt (500 telers) voor de rode wijn. Daar het echt warm was, 37 graden, hebben we ons maar tegoe gedaan aan een lekkere wafel met aardbeien. Een fijne rit met zijn haarspeldbochten en kolossale dennenbomen en watervalletjes gaf ons een mooie indruk van de omgeving. In Obertal aangekomen stond een lekker diner voor ons klaar. Nog wat nagenieten op het fijne terras en lekker slapen.



In de loop van de week hebben we een koekoeksklokken-museum met enkele honderden klokken en klokjes, een wijnproeverij, orgelmuseum, glasblazerij en een aantal mooie dorpjes bekeken en met dit warme weer werden de terrasjes druk bezocht. Een boemeltreintje gaf ons een beeld van de omgeving. Vele dorpjes zagen er zeer fleurig uit met een kleurenpracht van bloemplantjes in bloembakken, op brugleuningen, langs de straten en in tuinen. Dit was vanwege de Gärten show aldaar.

Da enkele wandelaars onder ons al wandelend de weg kwijtraakten in het grote bosgebied was voor hen zeer benauwend. Met veel geluk kwamen zij na 10 kilometer wandelen op een verharde weg, waar een aardige man hen verwees naar de dichtstbijzijnde bushalte, waarna zij, van de schrik bekomen, veilig bij het hotel aankwamen. Met veel hilariteit! Een andere anekdote geeft aan dat een van onze medereizigers 's avonds zijn kamersleutel mistte. Na veel zoeken geen sleutel! De volgende morgen ontdekte hij dat hij daags daarvoor de gehele dag met de sleutel in zijn schoen had rondgelopen. Bijzonder, raar maar waar. Een avond, geleid door onze buschauffeur, met muziek, dans en polonaise was een geweldig vrolijk en gezellig geslaagde avond. Door de onderling goede band kunnen we terugzien op een mooie geslaagde reis. Dank aan iedereen voor zijn of haar bijdrage. Volgend jaar op naar Blankenberge in België?

Anneke van de Ven

Meerdaagse-reis naar het Zwarte Woud

Met ruim 55 enthousiaste senioren gingen we zondag 22 juni op weg naar het Zwarte Woud.

Het zou een snikhete dag worden (28 g. C?), maar daar hadden we in de koele EMA-bus geen last van.



Na een voorspoedige reis kon ieder zich nestelen in een voortreffelijke kamer in Hotel Rechtmurg27, waarna we ons te goed konden doen aan een heerlijk avondbuffet.



Het gaat te ver om hier uit de doeken te doen wat we allemaal beleefd en gezien hebben, maar het komt erop neer dat dit deel van het Zwarte Woud zijn naam eer aan doet: veel natuurschoon, schone lucht en vriendelijke mensen.

Tja, en de temperatuur? Daar kan iedereen over meepraten, die paraplu hadden we wel thuis kunnen laten...

AnneLies Sloots

Het Zwarte Woud

Mij is gevraagd om een stukje te schrijven over de reis naar het zwarte woud. Ik kan u vertellen, dat viel een beetje tegen. Om op te schrijven wat je ziet is heel moeilijk, plaatjes zeggen veel meer. Maar de ruimte in "ONS" is beperkt. Liever zou ik nog veel meer foto's plaatsen.

Dag 1: Op zondag 22 juni 2025 vertrokken we naar het Zwarte Woud. Op het moment van vertrek is het al 23 graden. Tropisch warm. En dan de gedachten aan al die warme mensen in de bus. Pfff... ik geloof dat ik hier even geen zin in heb. Maar gelukkig blijkt de bus héél goed gekoeld. Dus dat viel mee. Onze eerste tussenstop was in Landau. De stad was uitgestorven bij 37 graden. Overvolle vieze vuilnisbakken. Tig grote lege terrassen.

Maar wel prachtige gebouwen. Supermooi.

Dan weer rap verder naar onze eindbestemming. Hotel Rechtmurg27. De laatste kilometers over smalle bergwegen, klimmen tot op de berg alwaar ons hotel is. Schitterende omgeving. Geitjes voor de deur. Prima hotel. Grote schone kamer. Uitstekende douche. Goed eten. Lekker drankje. Supervriendelijk personeel. Het gaat hier wel lukken dacht ik.

Dag 2: We namen een mooie toeristische route naar De Mummelsee. De Mummelsee ligt in het Keteldal op meer dan 1000 meter en heeft een omtrek van 800 meter. We hebben hier even rondom gewandeld. Mooie omgeving. De Mummelsee koning waakt over zijn Nixen. Zo af en toe



kwam er een nix boven water kijken. In de middag verkenden we Baden-Baden. Onderweg daarnaartoe konden we genieten van de vele vergezichten die reiken tot de Vogezen en het Rijndal. De tijd die we hier mochten

doorbrengen was te kort. Er was zoveel moois te zien. We hebben slechts een indruk op kunnen doen van deze stad.



De vele muurschilderingen, de prachtige architectuur, de stepstones die ons herinnerden aan een minder mooi verleden. In tegenstelling tot Landau was het hier wel erg druk. En toch inmiddels ook weer tropische temperaturen. Een stad met een rijke historie. Met heel veel warmwaterbronnen met

temperaturen tot 68 graden.

Dag 3: Deze dag stond een dagje Frankrijk op het programma. Eerst hebben we een tussenstop in Riquewihr. Dit is een fantastisch schilderachtig stadje. Midden tussen de wijngaarden.

Er staan hier heel veel oude huizen. Echte vakwerkhuisen. Prachtige stadspoort. Is omringd door verdedigingsmuren.





Leuke smalle straatjes. Steegjes. Schitterende toegangsdeuren tot de leuke huizen. De tijd was veel te kort om al het moois te bewonderen. Maar we hebben wel een hele goede indruk gekregen. Na hier enige tijd vertoefd te hebben

gingen we verder naar Colmar, de hoofdstad van de Elzasser wijnbouw. Ook wel Klein Venetië genoemd. Toen we Colmar binnenreden werden we begroet door het vrijheidsbeeld.



Wat doet dat nu hier? Daar was een logisch antwoord op. Diegene die het vrijheidsbeeld van New York gemaakt heeft, komt hier uit Colmar. Simpel toch? Hier aangekomen maakten we eerst een ritje in het boemeltreintje om deze mooie stad te verkennen. Er was informatie in maar liefst 16

talen. Maar met al die pratende mensen die ook meegingen in het treintje was de informatie toch onverstaanbaar voor mij. Ik was weer een ervaring rijker, maar of ik hier dan zo blij van werd? Verder zijn we de stad gaan verkennen en op zoek naar het gedeelte wat dan Klein Venetië mag zijn. Ziet er allemaal even mooi en schattig uit. We hebben genoten van



alles wat er te zien is.



Woorden zijn hier overbodig. De plaatjes spreken meer tot de verbeelding. Maar ik mag er niet zoveel plaatsen hahaha. Het was hier druk met toeristen. De temperatuur

maakte het niet erg aantrekkelijk om hier flink rond te gaan stappen. Dat was jammer, maar hier kon niemand iets aan doen. Er was veel te zien. Vreselijk mooie panden in renaissance-stijl.



Dag 4: Op weg naar Triberg. Als eerste bezochten we een traditionele ambachtelijke glasblazerij. Daar was overigens een permanente kerstopstelling. Uiteraard met handgeblazen glazen kerstballen. Mooi om te zien. Ook waren daar de nodige houtsculpturen te zien.

Mooi hoor.

Triberg staat bekend om zijn koekoeksklokken.

Hier vind je de grootste koekoeksklok ter wereld. Deze meet 4,5 x 4,5 meter.

Ook is in Triberg de hoogste waterval van Duitsland.

Ligt op 180 meter?

Bij temperaturen van 35 graden vonden we toch dat we naar het



hoogste punt van de waterval wilden lopen. Sommige plekken waren wel een uitdaging. Maar wat waren we trots dat we het gehaald hebben. Onderweg kwamen we veel zwarte eekhoorns tegen, waarschijnlijk door de mens tam gemaakt. Ze werden volop gevoerd en waren dus niet schuw. Leuk om te zien. Tot slot hebben we nog het

Schwarzwald-museum bezocht, waar vooral de koekoeksklokken te zien waren en het maken daarvan in vroeger tijden. Ook de speciale hoeden die in deze streek gedragen werden. Iedere hoed bestaat uit 14 bollen en een bepaalde kleur. Voor kinderen en ongetrouwde vrouwen was rood de kleur. Waren de vrouwen eenmaal getrouwd dan droegen ze zwarte bollen op de hoed. En hoe meer pracht en praal de hoed uitstraalde, hoe rijker de familie. Sommige hoeden wegen wel 2,5 kg.

Dag 5: Deze dag brachten we een bezoek aan een heel oud benedictijnen-klooster. Van binnen straalt het rust uit door de eenvoud. Op de foto is te zien hoe muren zijn opgebouwd, verstevigd met takken en stenen. Kennelijk was dit wel een hele goede methode. Na al die jaren staan de muren nog steeds overeind.



Hierna gingen we door naar Freudenstadt. Deze stad is in 1599 aangelegd rond een vierkant. Het vierkant is omgeven door arcades waaronder heel veel winkeltjes. Het plein is na 1945 helemaal herbouwd.



Op het plein staat een enorme mammoetboom: prachtig. De boom is in 2010 gemeten. Toen was de boom 27 meter hoog en had een omvang van bijna 8 meter. De boom is in 1866 vanuit Californië naar Duitsland gekomen. Er zijn ook



verschillende fontein te zien. Meer dan 100. We hebben lekker door de stad gesukkeld. Er was meer dan genoeg te zien.

Dag 6: Deze dag stond in de ochtend een wijnproeverij op het programma. In de middag stond er niets gepland. Wij kozen ervoor om de wijnproeverij over te slaan en een tocht te maken door het Zwarte Woud. Die tocht duurde de nodige uurtjes langer dan verwacht, maar dat mocht de pret niet drukken. Ik kan dus geen informatie geven over de wijnproeverij.

Dag 7: In de ochtend maakten we nogmaals een kleine wandeling. Na de lunch werd koers gezet naar Gengenbach. Een sprookjesachtig stadje dat een bezoek meer dan waard was. We startten in een klooster met een schitterende kloostertuin en een welriekende kruidentuin. Hierna nog de kerk bewonderd. Ik verval in herhaling, maar deze was ook geweldig om te zien. Daarna wat verdergelopen door het stadje. Hier kom je echt niet uitgekeken. Prachtige vakwerkhuizen. Leuke steegjes. Imposante stadspoort.

Dag 8: De dag om de koffers weer te pakken en huiswaarts te keren. Het Zwarte Woud is het Walhalla voor de wandelaar. De wandelroutes staan goed aangegeven. Je hoeft niemand tegen te komen. Maar het kan natuurlijk wel. Er zijn talrijke ontzettend leuke dorpjes met de bekende vakwerkhuisjes. Gigantisch grote gebouwen. Wanneer je dan bedenkt dat deze gebouwen tig jaren geleden hier met de hand gemaakt zijn, dan kun je alleen maar bewondering hebben. Degelijk gemaakt. Na al die honderden jaren zijn ze nog steeds intact. Het een natuurlijk wat beter onderhouden dan het ander.

Zoals u kunt lezen ben ik erg enthousiast over deze trip. Kort samengevat: het was een prachtige reis. Een supergoed hotel met goede service, mooie ruime kamers, vriendelijk personeel en o ja, over het eten hebben we het nog niet gehad, dat was ook geweldig. De komende tijd zal ik op water en brood moeten. De uitstapjes die we gemaakt hebben, vonden wij mooi, maar dat is voor ieder persoonlijk. En wanneer je niet wilde deelnemen aan het programma, was er ook voldoende alternatief aan wat je zelf in kon vullen. Deze omgeving zal ik in de toekomst zeker nogmaals bezoeken.

Een Reiziger

Buren voor Elkaar:

Samen Sterker in de Buurt

In diverse bijeenkomsten die onze afdeling over woontoeekomst heeft georganiseerd, is gevraagd of mensen in de buurt elkaar zouden willen helpen. Gelukkig blijkt dat veel mensen elkaar wel willen helpen en hebben we ContourdeTwern gevraagd of ze daarvoor een project willen starten.

Nu is het project **Buren voor Elkaar** gestart, met als doel de onderlinge verbondenheid te vergroten tussen buurtbewoners. Samen met negen enthousiaste buurtbewoners zet welzijnsorganisatie ContourdeTwern zich in voor een warme en zorgzame buurt. Het begon met de vraag: kennen we onze buren goed genoeg? Durven we hulp te vragen of aan te bieden? Om deze vragen samen te kunnen beantwoorden, organiseerden we op 16 mei een gezellige bijeenkomst in de straat. Met Jessie, de buurtondersteuner van ContourdeTwern en hun buurtbakkie op wielen ontmoetten we elkaar onder het genot van een kopje koffie en een zelfgebakken cake door de buurtbewoners. Dit leidde tot mooie gesprekken en het besef dat we meer voor elkaar kunnen betekenen. Tijdens deze bijeenkomst werd het idee geboren voor een tweede activiteit, waarbij we elkaar beter willen kennen en ideeën uitwisselen voor verdere toekomstige initiatieven.

Wilt u ook bijdragen aan een zorgzame buurt?

Neem dan contact op met buurtondersteuner **Jessie van der Plas** **T 06 305 570 91** of stuur een e-mail naar jessievanderplas@contourdetwern.nl.

Klussendienst

Per 1 juli is **Henk van der Schoot** gestopt met de klussendienst. Wij willen hem héél hartelijk bedanken voor de vele jaren dat hij bij onze leden klussen heeft gedaan.

Bedankt voor het vele werk Henk!

Voor kleine klussen kunt u bij Fixit terecht.

T 06 8343 3000, info@fixit-boxtel.nl.

- **Maandag, woensdag en vrijdag** van **8.00 uur** tot **10.00 uur** **Bloedprikpost** van het Jeroen Bosch Ziekenhuis. Hiervan kunt u gebruik maken nadat er een afspraak is gemaakt via het JBZ, om bij De Rots bloed te laten prikken.
- **Maandagmorgen** van **9.00 uur** tot **12.00 uur** en **donderdagmiddag** van **13.30 uur** tot **16.30 uur** het project **Hartje in de wijk**.
Er is dan de mogelijkheid voor persoonlijk contact met zorginstanties zoals Zorggroep Elde Maasduinen, ContourdeTwern, Vivent, Bouwvereniging Joost en de Gemeente.
Van onze Seniorenvereniging is er dan een Wmo-cliëntondersteuner en/of Ouderenadviseur aanwezig. Op donderdag wordt ook vaak extra informatie gegeven.

Activiteiten juli en augustus

- **Donderdag 24 juli** en **donderdag 31 juli**
Gesloten in verband met vakantie.
- **Donderdag 7 augustus**
Wandeling in de wijk met een kopje koffie en ijsje onderweg. Vertrek om 14.00 uur vanuit De Rots. Iedereen is welkom! Ook kun je jeu de boules spelen. Bij slecht weer spelen we koersbal.
- **Donderdag 14 augustus**
Mantelzorgbabbel. Een ontspannen bijeenkomst voor mantelzorgers van personen met dementie.
- **Donderdag 21 augustus**
Mantelzorgbabbel dementie. Een ontspannen bijeenkomst voor mantelzorgers.
- **Donderdag 28 augustus**
Scootmobiel/driewieler parcours. Test je behendigheid en leg het parcours af. Ook is er deze middag een monteur van Medipoint aanwezig voor technische vragen.

Cultuurstimuleringsproject Boxtel

Gemeente Boxtel en Sjors Sportief & Creatief starten in september **voor leerlingen van groep 1 tot en met 8 van alle basisscholen in Boxtel** met een **sport- en cultuurstimuleringsproject**.

Dit is om ze op een laagdrempelige manier en vaak gratis kennis te laten maken met de sportverenigingen en cultuurinstellingen in Boxtel.

Op www.sportencultuurinboxtel.nl kunnen sportverenigingen en cultuurinstellingen zich aanmelden om bij dit project aan te sluiten.

Als vervolg op dit initiatief start er voor senioren later ook een project dat heet Max Vitaal.

Rien Putmans, Dymphy Soeterings

Huisartsenpost T 088-8765050.

Verhuur duofiets: € 5,-- per dagdeel, T 0411-729170
Het Langenlindhuis, Marie Gijsenstraat 2

Fixit voor de kleine klus: T 06 8343 3000.

www.fixit-boxtel.nl, E-mail: info@fixit-boxtel.nl

Hobby Centrum T 0411-210355, Baroniestraat 105
info@hobbycentrumboxtel.nl

Inloopspreekuur SENIORWEB:

Op dinsdag tussen **14.00 uur en 16.00 uur** in de bibliotheek of via seniorweb.nl/thuis-online

Seniorenvervoer Boxtel: T 06 1251 8715.

(Bellen op werkdagen tussen 9.00 uur en 13.00 uur)

Steunpunt Ouderenmishandeling, waaronder financiële uitbuiting. Voor advies kunt u bellen met Veilig Thuis Brabant Noordoost, T 088-2439300.

ContourdeTwern: Evelyne Hemelaar T 06 5726 5570, Sociaal werker/ouderen, werker/welzijn op recept. Maandag, dinsdag, woensdag en donderdag.

evelynehemelaar@contourdetwern.nl
www.contourdetwern.nl

Steunpunt mantelzorg: Truus van den Broek, truusvandenbroek@contourdetwern.nl
T 06 4431 8841.

WensAmbulance Brabant: T 06 1357 2883.

www.wensambulancebrabant.nl
E-mail: info@wensambulancebrabant.nl
Barry van Brakel T 06 2788 4498.

Vier het Leven neemt ouderen mee uit!

‘Samen uit, samen genieten’, dat is het motto van Stichting Vier het Leven. Speciaal voor ouderen die nog graag uitgaan maar dat liever niet alleen doen of behoefte hebben aan een ondersteunende arm.

Vier het Leven organiseert het hele jaar door compleet verzorgde culturele uitjes en regelt daarbij alles, zodat ouderen zorgeloos kunnen genieten; het vervoer, zitplaatsen in de foyer, de entreekaarten, de drankjes en prettig gezelschap. Samen uitgaan is gewoon veel gezelliger! Een vrijwilliger van Vier het Leven haalt maximaal drie ouderen thuis op, biedt waar nodig een helpende hand en houdt hen ook gezelschap tijdens de theatervoorstelling, film, het concert of museumbezoek. Van tevoren en tijdens de pauze drinken zij gezellig samen een drankje. U kunt zich (vanaf 65 jaar) geheel vrijblijvend en kosteloos aanmelden bij Vier het Leven. U krijgt dan alle informatie over onze activiteiten thuisgestuurd.

Aanmelden kan via **T 035-524 5156**.

Voor meer informatie www.4hetleven.nl.

Agenda

Wandelen

Dinsdag	05 aug.	Markt in Esch	13.30 uur
Dinsdag	19 aug.	Lidl in Boxtel	13.30 uur

Kaarten

Vrijdag	01 aug.	De Walnoot	13.30 uur
Vrijdag	08 aug.	Het Muziekhuis	13.30 uur
Vrijdag	15 aug.	Elisabethsdael	13.30 uur
Vrijdag	29 aug.	De Orion	13.30 uur
Vrijdag	05 sept.	De Walnoot	13.30 uur
Vrijdag	12 sept.	Het Muziekhuis	13.30 uur
Vrijdag	19 sept.	Elisabethsdael	13.30 uur
Vrijdag	26 sept.	De Orion	13.30 uur

Kienen

Dinsdag	16 sept.	De Rots	14.00 uur
Dinsdag	21 okt.	De Rots	14.00 uur

Biljarten

Elke dinsdag		De Walnoot	13.30 uur
--------------	--	------------	-----------

Handwerken

Elke donderdag		De Orion	13.30 uur
----------------	--	----------	-----------

Bridgen

Vanaf 28 augustus weer iedere donderdag 13.30 uur

Locatie	Adres	Telefoonnr.
Muziekhuis	Passage Riche 4	0411-212231
De Orion	Lennisheuvel 56	0411-674474
De Rots	Nieuwe Nieuwstr.7	0411-673838
De Walnoot	Reginahof 1	0411-673485

ONSBoxtel 2025

Nr.	Verschijnt op	Kopij binnen
9	28 augustus	11 augustus
10	25 september	8 september
11	30 oktober	13 oktober
12	27 november	10 november
1/2026	18 december	01 december

De ONSBoxtel is ook te lezen op de website:

www.seniorenboxtel.nl

De redactie is bereikbaar via e-mail

redactie@seniorenboxtel.nl

Aleid Penning, Helma Rombouts, Rikie van Hirscl

Bestuur en contactinformatie

Voorzitter: Henk Bergmans T 06 5778 1428

E-mail: info@seniorenboxtel.nl

Secretaris: Irma van der Sloot T 06 4999 6171

E-mailadres secretariaat: info@seniorenboxtel.nl

Penningmeester: Frans Pennings, T 0411-611081

E-mail: penningmeester@seniorenboxtel.nl

Bankrekening: **Seniorenvereniging Boxtel**

NL62 RABO 0108 8419 60

Bestuurslid en waarnemend voorzitter:

Leo Reurings, T 0411-676687

Bestuurslid en waarnemend secretaris:

Gerard Buiks, T 0411-675171

Website: www.seniorenboxtel.nl



Ledenadministratie: Alke de Vries T 0411-672461

E-mail: leden@seniorenboxtel.nl

Activiteitencommissie:

E-mail: activiteiten@seniorenboxtel.nl

Bankrekening: **NL 81 RABO 0159 8580 89**

Seniorenvereniging Boxtel Activiteitencommissie.

Ouderenadviseurs en Cliëntondersteuners Wmo:

T 06 1890 2271 E-mail: tinekenuesink@gmail.com

Coördinator bezorging ONSBoxtel

Jan Verhoeven T 06 2711 1338

Coördinatie Belastingsservice KBO-Boxtel

Alke de Vries, contactadres voor cliënten

T 0411-672461 E-mail: alke@trumnet.nl

Thieu Trum coordinator T 0411-672461

E-mail: thieu@trumnet.nl

Naai/verstelwerk: Lia Mode T 06 2155 5105

Mariëtte van Roessel T 06 1693 4807

Ledenvoordeel Seniorenvereniging Boxtel

Zie website www.seniorenboxtel.nl.

Computerhulp: Ton Schelle, T 0411-675871

E-mail: ton_schelle@yahoo.com

Senioren Brabant Zeeland-Brabant:

www.seniorenbrabantzeeland.nl

T 073-6444 066 op werkdagen van 10.00 uur tot

12.00 uur en van 14.00 uur tot 16.00 uur.

E-mail: info@seniorenbrabantzeeland.nl