

Nieuwsbrief

September 2025



Belangenvereniging
Senioren Vught

Beste leden

Wat hebben we toch een geluk gehad met het weer op onze 2^e dagreis op 14 augustus. Een paar spetters hebben we heel even gevoeld op de terugweg van onze boottrip, maar dat mocht geen naam hebben. Verderop krijgt u wat foto's te zien van deze dagreis met een kleine terugblik op deze mooie en gezellige dag. Heeft iedereen een goede vakantie gehad? Uit of thuis maakt niet uit, zolang je het maar naar je zin hebt. Hier in Nederland was het super goed weer, niet te warm, met zowaar twee kleine hittegolven, maar gelukkig geen bosbranden en/of plensbuien met overstromingen net als in Frankrijk en Spanje b.v. Het is vreselijk om in een keer alles wat je bezit, of je vakantiespullen, kwijt te raken.

In het verschiet ligt verder nog een etentje op 15 oktober vanaf 17.30 uur. Dit voor **onze zeer gewaardeerde vrijwilligers**. Er volgt in september nog een persoonlijke uitnodiging in de eigen brievenbus met alle relevante info hierover.

Ook kan er weer gestemd worden op Rabo-Club Support. Hoe en vanaf wanneer en met welke sluitingstermijn, vindt u verderop in onze nieuwsbrief. Het is altijd weer een welkome aanvulling op het budget van de BSV, een extra waardering zeg maar, voor wat we allemaal doen en organiseren voor onze leden. Het is altijd fijn als niet alleen onze leden, maar ook sympathisanten onze inspanningen op waarde weten te schatten en waarderen.

Wist u dat we intussen met bijna 3,7 miljoen AOW ers zijn die een AOWuitkering ontvangen? Veel hé? Bijna 1,1 miljoen AOWers zijn ouder dan 80 jaar en bijna 2900 mensen zijn 100 jaar of ouder (bron Seniorenjournaal)

Wat een wijsheid hebben we hier met elkaar nog voorhanden denk ik dan maar. Laten we er nog maar van genieten zolang we het nog kunnen en dan liefst natuurlijk in een goede gezondheid als het even kan. Onze voorouders zouden het maar wat graag net zo goed hebben gehad zoals wij nu.

Wat we ook nog in deze nieuwsbrief vertellen is hoe u zelf het medicijn bent voor een gezond leven. Wat kunt u het beste doen om gezond oud te worden. Lees het verderop!

Verder laten we u nu ook nog weten, waar u de komende maanden, zich kunt laten testen op valrisico, valpreventie genaamd en wat erg belangrijk en zinvol is. Het kost niets en je weet meteen waar je aan toe bent. Je hoort ter plekke waar je terecht kunt als er meer moet gebeuren. Je wilt toch voorkomen dat je een heup breekt en in het ziekenhuis terecht komt! Daar moet je even niet aan denken. Hoe afhankelijk je dan wordt van de hulp van anderen. Dat willen we toch geen van allen. Maak een afspraak en ga er dus heen, misschien met een vriendin, buurman-vrouw? Heel verstandig!

In dit blad nemen we ook afscheid van Jeane van Keulen. Deze dame wordt 90!!! en ze vindt het nu toch wel tijd worden om te stoppen met het geven van les en het begeleiden van Creatief met Bloemen. Dit is een activiteit van de BSV op de eerste zaterdag van de maand. Helaas vervalt hiermee deze activiteit, want we hebben geen vervanger(ster) voor haar kunnen vinden. Bij deze dus onze oproep. Hebt u zin om 1 x in de maand een bloemschikgroep te begeleiden, of kent u iemand die dit graag zou willen? Het bezit van een auto is wel belangrijk, je moet aardig wat spullen meenemen als je lesgeeft. Geïnteresseerd? Reacties graag op; mobiel Joke Lexmond: 06-49 03 81 73.

Rest mij nog te zeggen dat er weer een dementiecafé is op 10 september, dit keer in DePetrus en ook dat er op zondag 14 september Smaak & Vermaak is in de Vlasborch. Zie de verdere info in dit blad.

Tot een volgende keer maar weer.

Joke Lexmond-Ackermans



Wij feliciteren alle leden, die in de maand september jarig zijn en wensen iedereen een heel fijne dag toe en nog vele jaren in een goede gezondheid.

Bijzondere felicitaties gaan uit naar onze KROONJARIGEN

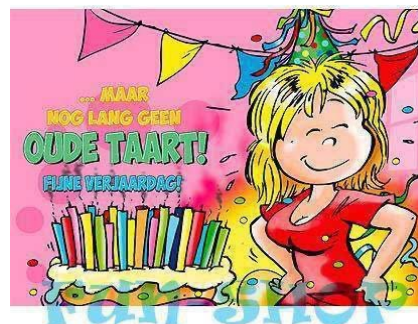
75 Jaar

Mevr. H.A.M. Mes

85 Jaar

Mevr. W.A.J. van Mierlo - Schotman

Mevr. N. van Uden - Schraven



Verder willen wij alle leden die te kampen hebben met ziekte, in welke vorm dan ook, heel veel sterkte toewensen en indien mogelijk een spoedig herstel. Ook diegenen die vanwege ziekte niet meer in hun eigen woning kunnen verblijven, wensen wij de kracht toe om gelukkig te worden in hun nieuwe woonomgeving.

LEDENADMINISTRATIE

We proberen de gegevens van de leden zorgvuldig actueel te houden. Hierbij zijn wij wel afhankelijk van het feit, dat wij op de hoogte moeten zijn van een wijziging. Denk hierbij aan een verandering van het adres, het telefoonnummer, het emailadres, het rekeningnummer of een afmelding.



Dit kunt u doorgeven aan René Bijman middels een email naar rene-bijman@kpnmail.nl.

Bij voorbaat heel veel dank hiervoor.

Aangemeld

Mevr. Ans van der Pas

Mevr. Mieneke de Molenaar

Mevr. Riekie Kooijmans

Afgemeld

Mevr. Kitty Pennock

Overleden

Mevr. Corrie Lommers – Beks op de leeftijd van 80 jaar

Wij wensen de nabestaanden veel sterkte met het verwerken van hun verdriet.



Vaste Activiteiten van de BSV

MBVO op maandagochtend	Aanvang 9.30 uur	Ons Home
Koersbal op maandagmiddag	Aanvang 14.00 uur	in WZC Theresia
Vrij kaarten op maandagmiddag	Aanvang 13.30 uur	Ons Home
Handwerken op dinsdagmiddag	Aanvang 13.30 uur	Ons Home
Koor Ons Eigen Wijs op woensdagavond	Aanvang 19.30 uur	Ons Home
Line Dance op vrijdagochtend	Aanvang 10.30 uur	Ons Home

Agenda van september 2025

Di	2 sep	Scootmobiel	Open 10.15 uur Vertrek 11.00 uur	Ons Home
Woe	3 sep	Bingo	Aanvang 13.30 uur	Ons Home
Don	4 sep	Spelletjes/Jeu de Boules	Aanvang 13.30 uur	Ons Home
Di	9 sep	Fietsen	Open 10.15 uur Vertrek 11.00 uur	Ons Home
Woe	10 sep	Prij斯卡arten	Aanvang 13.30 uur	Ons Home
Don	11 sep	Jeu de Boules	Aanvang 13.30 uur	Tegenover Ons Home
Di	16 sep	Scootmobiel	Open 10.15 uur Vertrek 11.00 uur	Ons Home
Woe	17 sep	Bingo	Aanvang 13.30 uur	Ons Home
Don	18 sep	Spelletjes/Jeu de Boules	Aanvang 13.30 uur	Ons Home
Za	20 sep	Bloemschikken	Aanvang 10.00 uur	Ons Home
Di	23 sep	Fietsen	Open 10.15 uur Vertrek 11.00 uur	Ons Home
Woe	24 sep	Prij斯卡arten	Aanvang 13.30 uur	Ons Home
Don	25 sep	Jeu de Boules	Aanvang 13.30 uur	Tegenover Ons Home
Di	30 sep	Scootmobiel vervalt deze keer wegens vakantie van de coördinator		

**De activiteit “Creatief met Bloemen” is per 1 september gestopt.
Er is voor Jeane helaas (nog) geen vervanging gevonden.**

Activiteit	Naam coördinator	Telefoonnummer
(Prij)skaarten en Bingo	Hannie Schellen/Cobie van Overdijk	06-41 53 82 74
Bingo, Handwerken en Spelletjes	Meggie van de Ark – Maas	06-23 02 27 82
Bloemschikken en Koersballen	Carla Jonkers	073-656 38 66
Gym, Koor O.E.W. en Line Dance	Toos Op 't Hoog	06-34 49 78 20
	Joke Lexmond-Ackermans	06-49 03 81 73
Fietsen, Scootmobielen, Dagreizen, Jeu de Boules en alles omtrent de Nieuwsbrief		

Deze mensen kunnen benaderd worden als u vragen heeft over een activiteit, of dat u zich voor een van deze activiteiten wilt opgeven.



Het zoekplaatje van JULI/AUGUSTUS

Het zoekplaatje van juli/augustus is door meerdere personen goed geraden. Als winnares kwam uit de bus; Liny van den Elzen. Gefeliciteerd Liny met je cadeaubon.

De oplossing was;

Het straatje heet Taterhof en is een zijstraat van de Taalstraat. Vroeger stond daar op die plaats de garage van Denisse en er tegenover ligt Landgoed Zionsburg

Weer een nieuw zoekplaatje



Waar bevindt zich dit mooie pleintje/rustpunt in de Gemeente Vught.

Onder de goede inzenders wordt weer een cadeaubon verloot.

De volgende nieuwsbrief komt uit in de week van 22 september. In die week vindt u hem dan weer in uw brievenbus



Smaak & Vermaak

Vermaak:

Deze zondag treedt voor u op: **Royal Buckets Jazz**

De leden van deze Brabantse band spelen traditional jazz met een vleug New Orleans en swing. Het repertoire is breed gekozen uit de jazztraditie en het American Songbook aangevuld met repertoire van hedendaagse artiesten die de traditional jazz uitdragen, zoals Carsie Blanton en de Leftover Cuties. Bovendien zijn er zijpaden. Hank Williams bijvoorbeeld is een prettige bron van inspiratie voor de band. Kom met de voetjes van de vloer of geniet in stilte.

U bent van harte welkom!

Wanneer; Zondag 14 september 2025

Smaak; Courgette soep Pasteitje met ragout

Waar; Visio de Vlasborch, Vlasmeersestraat 99
5261 TB Vught

Smaak: 12.30 uur € 7,50 Vermaak: 13.30 - ± 15.30 uur € 5,00 inclusief koffie/thee

Smaak & Vermaak € 10,00 inclusief koffie/thee **OPGEVEN OP tel no; 088-5861500 t/m 11 sept.**

colofon

Belangenvereniging Senioren Vught

Esschestraat 18 A
5262 BD Vught

telefoon 073 6563153
website www.bsv-vught.org
email info@bsv-vught.org
KvK 17279574
bank NL 24 RABO 0155 4028 38

redactie

Joke Lexmond
Michiel de Ruyterweg 27 B
email jokelexmond@hetnet.nl
telefoon 06 49038173

coördinatie verspreiding

Jolanda Dikmans
Boterbloemstraat 11
email jolanda.dikmans@kpnmail.nl
telefoon 0612399773

disclaimer

De BSV is niet verantwoordelijk
voor verkeerde of gebrekkige
informatie verkregen van derden.
De bron wordt altijd vermeld
bij het betreffende artikel.

Met de tijd leerde ik...

dat we in feiten moeten geloven, niet in
woorden. Dat goede vrienden grote vreemden
kunnen worden. Ik heb geleerd dat verliefd zijn
de mooiste waanzin is. Dat wanneer woorden
ontbreken, de muziek spreekt.

Dat hoe sterk we ook zijn, iedereen vroeg of
laat een knuffel nodig heeft. Dat geschreven
woorden geschreven blijven. Dat degene die jou
wil, je zoekt, aan je denkt, het laat zien. Dat er
geen wapen krachtiger is dan woorden. Ik heb
geleerd dat vrienden op de vingers van één
hand kunnen worden geteld. Dat een glimlach
de kracht heeft om de wereld te veranderen.
Dat als je iets wilt, je moet opstaan en in actie
komen. Maar bovenal heb ik geleerd dat je in
het leven niet perfect hoeft te zijn, maar
gelukkig moet zijn.

Graag willen wij u ook verwijzen naar onze website www.bsv-vught.org.
Op de website staat altijd nieuwe informatie, waaronder ook de info van
KBO Brabant, voortaan genoemd; Senioren Brabant/Zeeland

Geheugen Café

Vught Helvoirt
Cromvoirt

Op woensdag 10 september 2025 bij DePetrus, Heuvel 2 in Vught
Inloop vanaf 19.15 uur Aanvang 19.30 uur
Koffie / thee in de pauze. Einde tussen 21.00 en 21.30 uur

Schommelen op het ritme van mensen met dementie
door Dr. Kasper Bormans

De toegang is GRATIS. Aanmelden voor deze avond is verplicht. Aanmelden via mail;
geheugencafevught@gmail.com



De Belangenvereniging Senioren Vught doet ook dit jaar weer mee aan de Rabobank ClubSupport

Wat is de Rabobank ClubSupport?

De Rabobank geeft als coöperatieve bank ieder jaar een deel van de winst terug aan de samenleving, met name aan clubs en verenigingen. Hiermee wil de Rabobank de clubs sterker en toekomstbestendig maken. Bij de inschrijving voor de Rabo ClubSupport geeft een club of vereniging aan waaraan ze de financiële bijdrage wil besteden.



De BSV kan deze bijdrage bijvoorbeeld besteden aan het organiseren van activiteiten waarbij ouderen elkaar vaker kunnen ontmoeten en waarbij hun sociale contacten versterkt worden.

Hoe werkt Rabo ClubSupport?

Via de Rabo App of via Rabo internetbankieren kan **door elk lid van de Rabobank** gestemd worden op de vereniging die een warm hart wordt toegedragen. Stemmen kan gemakkelijk onder de knop “zelf regelen” → lidmaatschap → Rabo ClubSupport. De stemperiode loopt in 2025 van 1 september tot en met 23 september.

Hoe word je lid van de Rabobank?

- Het lidmaatschap kan alleen gekoppeld worden aan een particuliere rekening bij de Rabobank.
- Ga op de pc / tablet / telefoon naar www.rabobank.nl/leden/lid-worden.
- Onderaan de pagina is een oranje knop “**ik doe mee**”. Klik hierop.
- Log in op de vertrouwde manier via IBAN, Pasnummer en identificeer.
- Het vervolg wijst voor zichzelf.

Om een stem uit te kunnen brengen is het dus noodzakelijk dat u een particuliere rekening bij de Rabobank heeft en dat u lid van de bank bent.

Draagt u de BSV een warm hart toe, stem dan op ons. Ook uw vrienden, kennissen, burens en familie mogen ook op ons stemmen. Graag zelfs. Hoe meer mensen op ons stemmen, des te meer wij voor onze leden kunnen doen.

BIJ VOORBAAT HEEL VEEL DANK VOOR UW STEM OP DE BSV



Op de middelste foto is “onze” Jeane” duidelijk te zien. Een en al aandacht voor het te maken werkstuk en ook de hulp voor de mensen die even niet weten hoe ze verder moeten.

Wat zullen we haar missen!
De activiteit; “Creatief met Bloemen”, vervalt nu helaas. Mocht iemand geïnteresseerd zijn om haar vrijwilligerstaak over te nemen, GRAAG!
Bij deze heel hartelijk bedankt Jeane voor jouw toewijding en voor alles wat je ons hebt geleerd. Het ga je goed verder en ga eindelijk van je rust genieten op je 90^e.

We zijn zelf het medicijn

Home :: We zijn zelf het medicijn

Dementie is een hersenaandoening die we niet kunnen genezen. Het aantal gevallen van dementie neemt de komende jaren schrikbarend toe. Dat een groot deel van de gevallen van dementie te voorkomen is met een bepaalde leefstijl is bij maar weinig mensen bekend. Proberen dementie te voorkomen is de beste optie die we hebben. Hoe eerder je daarmee begint, hoe beter het is.

De campagne richt zich op vier belangrijke thema's: voldoende beweging, gezonde voeding, nieuwsgierig blijven en zorgen voor een gezond hart.



Blijf nieuwsgierig



Eet gezond



Beweeg regelmatig



Zorg goed voor je hart

In de maand september willen we mensen in de regio van de GGD Hart voor Brabant extra bewust maken van de eigen rol die we hebben. De maand september is gekozen, omdat ook Wereld Alzheimer dag plaats vindt in **september: de 21^e**!



Sinds mobiel bellen achter het stuur verboden is, heb ik maar weer een vaste lijn genomen



VALPREVENTIE
VOORKOM EEN VAL
LAAT U TESTEN OP UW VALRISICO

Elke 5 minuten belandt er in Nederland een 65-plusser op de spoedeisende hulp, na een val.

Informatie rondom valpreventie is van groot belang, gezien het toenemende aantal 65-plussers en het feit dat ouderen steeds langer thuis blijven wonen.

Valpreventie kan voorkomen dat u valt.

Doe mee en geef u op. Opgeven is verplicht. Deelname is gratis.

De testen vinden plaats in Vught, Helvoirt en Cromvoirt

Informatie: www.movevught.nl/valpreventie

e-mail hulpvraag@move-vught.nl

Tel: 06-45796883

Bijeenkomsten:

Vught:

- De Elzenburg, donderdag 28 augustus
- Onder de Pannen, dinsdag 9 september
- Prins Hendrik, donderdag 25 september
- Schuttershof, dinsdag 11 november
- Fysiofit Vught, donderdag 27 november
- Bij Albert, dinsdag 9 december

Cromvoirt: Battle Axe, dinsdag 7 oktober.

Helvoirt: Bruyst, donderdag 23 oktober

Tijdstip: Van 10.00 – 12.00 uur.

Nog vragen: Tel: 06-45796883 of hulpvraag@move-vught.nl

Nog even een korte terugblik op de dagreis van 14 augustus

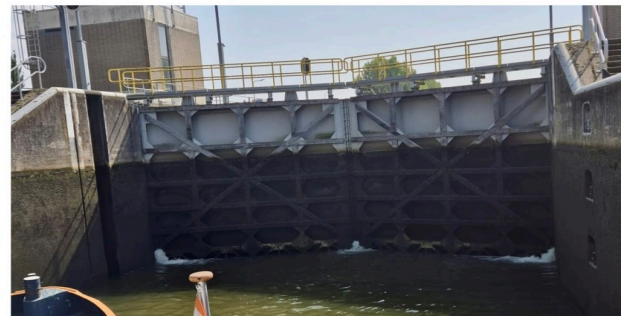
Na een gezellige busreis naar Venlo hebben we daar van een heerlijk stuk vlaai bij de koffie genoten. Was te verwachten, we zaten tenslotte in Limburg. Wat viel er weer veel bij te praten in de bus en gedurende de dag, alsof we elkaar al jaren niet meer hadden gezien. Nou dat valt wel mee dacht ik zo. Op onze reisjes komen we meestal weer dezelfde gezichten tegen. Onze chauffeur Anton wist onderweg veel van de omgeving te vertellen en we hebben na de koffie dan ook een mooie toer door de streek gemaakt voor we in Thorn een heerlijke lunch kregen voorgeschoteld. Aan alles was gedacht en je hoefde eigenlijk niets te vragen, want voor je er erg in had, lagen de nieuwe verse broodjes er alweer. Ook de kroket was niet vergeten. Na de lunch De Maasplassen op. Heerlijk weer, niet té veel zon, want dan zou het echt te warm worden om op het dek te blijven zitten. Binnen in de boot was overal airco en als je dan van ruim 30 graden van buiten naar binnen kwam, was dat een verademing. We hebben een gezellige tijd gehad op de boot en na de boottocht was er een heerlijk diner in Grathem. Kortom, het was weer een geslaagde dagreis!



Er werd lekker gegeten en veel gepraat. Wat een gezelligheid!

Wist u dat

- U op onze BSV kunt stemmen van 1 september t/m 23 september bij RABO ClubSupport
- We op 15 oktober vanaf 17.30 uur een etentje aan onze vrijwilligers aanbieden voor al hun werkzaamheden voor onze BSV. Een persoonlijke uitnodiging volgt nog.
- We op 12 december een Kerstviering organiseren van 14.00-17.00 uur. Zet deze datum vast in uw agenda of op uw kalender. Het duurt nl. nog even voor het zover is.
- U van mij nog een fotocollage tegoed hebt in de volgende nieuwsbrief van de reis van 14 augustus. Hij kan nu helaas niet meer in deze nieuwsbrief geplaatst worden.
- De foto's van de reises allemaal te zien zijn op onze website www.bsv-vught.org



Op en bij de boot. Onderweg nog geschut in de sluis bij Linne, onderdeel van de drielingsluis in Maasbracht, wàt een belevenis. Het verschil in hoogte was maar liefst ± 12 meter. Dit maakt het de sluis met het grootste verval in Nederland.

Antwoordstrookje Zoekplaatje

Oplossing;

Naam;

Adres;

Tel. no;

Uw oplossing Inleveren in de brievenbus van "Ons Home" aan de Esschestraat 18A te Vught vóór 12 september 2025 of digitaal sturen naar jokelexmond@hetnet.nl. U ontvangt dan een bevestiging retour.

De sponsoren van de B.S.V.



Peugeot Autobedrijf Vught
Kempenlandstraat 19 Vught



De BSV ontvangt subsidie
van de gemeente Vught

Van Grinsven Extrabikes

Van Grinsven Sport & Rijwielen
Industrieweg 3 P Vught
10% korting op vertoon ledenpas bij
aankoop accessoires voor de fiets



Otto van Iersel verf – glas - behang
Voorst tot Voorststraat 71 Vught



Pour Vous van der Doelen
Moleneindplein 37 Vught
10% korting op vertoon ledenpas



Dorien de Nijs uitvaartbegeleiding
Industrieweg 28 Vught



Germa Zonwering
Helvoirtseweg 128 Vught



Drukkerij Formaat
Kantstraat 93 Haaren



Voor verdere info over onze sponsoren, zie de website www.bsv-vught.org