

Nieuwsbrief

Nummer 6 2023



SeniorenVereniging Rijen

Nassaulaan 62-64, 5121 BC Rijen
Telefoon 0161 22 71 97
secretariaat@sv-rijen.nl, www.sv-rijen.nl

Speciale activiteiten:

Vrijdag 26 mei

LET OP: Het Digi-inloopcafé van vrijdag 26 mei is geannuleerd!!!

Donderdag 8 juni

Historische wandeling met lunch

11:00-14:00 uur,
vertrek vanaf De Boodschap

Vrijdag 9 - 16 - 23 - 30 juni

Digitale Zomersnacks

09/6: Digitale schoonmaak laptop

16/6: Online privacy en veiligheid

23/6: Parkeerapps

30/6: Online tickets kopen

10:00-12:00 uur, de Oase

Woensdag 14 juni

Busreis 'Soldaat van Oranje'

11:00-20:30 uur,
vertrek vanaf De Boodschap

Donderdag 15 juni

Workshop Staphorster Stipwerk

13:30-16:30 uur, de Oase

Woensdag 21 juni

Fietstocht naar Waalwijk

09:00-16:30 uur,
vertrek vanaf De Boodschap

Vrijdag 23 juni

Digi-inloopcafé

13:00-15:30 uur, de Oase

Deze Nieuwsbrief is ook te vinden op www.sv-rijen.nl

De volgende nieuwsbrief verschijnt op dinsdag **27 juni 2023**

Goed oud worden in Rijen



Vrijdag 21 april gingen we uitvoerig en actief met elkaar aan de slag met het onderwerp 'Wonen en Zorg'. Truus Noij verwelkomde de gasten en Els van Daal, van KBO-Brabant, leidde de bijeenkomst. Marielle Doremalen, wethouder sociaal domein, was als toehoorder ook aanwezig.

Brabant vergrijst in een rap tempo. Dat geldt ook voor gemeente Gilze en Rijen. Senioren willen liefst zo lang mogelijk thuis blijven wonen. Daar moeten we dan wel tijdig over gaan nadenken en vooral initiatief gaan nemen. Verblijf in het verpleeghuis is tegenwoordig alleen nog mogelijk als er een echt zware zorgvraag is. In de toekomst zal steeds minder zorgpersoneel beschikbaar zijn voor de toenemende groep hulpbehoevende senioren, óók in Rijen.

Als je wacht totdat het moment daar is, dat je hulp nodig hebt en niet meer thuis kunt wonen, dan ben je te laat. Daarom is het belangrijk om nu al na te denken over jouw toekomst. Waar kun je terecht als je niet meer zelfstandig kunt wonen, wie helpt jou als je niet zelfredzaam meer bent? Naast een geschikte woning en een fijne woonomgeving is het ook belangrijk om een breed sociaal netwerk te hebben. Sluit je aan bij een club, blijf op de hoogte wat er in je omgeving speelt, leer werken met digitale hulpmiddelen. Hoe dan ook, zorg dat je niet eenzaam wordt en blijf zo lang mogelijk actief. En... durf om hulp te vragen!

De opkomst voor deze info-ochtend was helaas matig. Velen van ons denken nog steeds 'komt tijd, komt raad'. Dat het zo niet werkt, heeft Els van Daal ons deze ochtend meer dan duidelijk kunnen maken.

LET OP

Donderdag 8 juni:

Historische wandeling

met lunch: inschrijven kan nog tot donderdag 25 mei in de Oase.

Donderdag 15 juni:

Workshop Staphorster

Stipwerk: Inschrijven kan nog tot donderdag 8 juni in de Oase.

Via e-mail opgeven kan ook:

[cursussen@sv-rijen.nl](mailto: cursussen@sv-rijen.nl)

Vermeld bij aanmelden je naam, telefoonnummer en je KBO-lidmaatschapsnummer.

Beweeg!Knarren maken tuinwandeling

Woensdag 5 april had een 15-tal wandelaars zich verzameld bij de 'vier margrietten'. Om 9.00 uur vertrokken zij naar 'het Broek' voor een bezoek aan het natuur-domein van Huub Weterings. Bij velen bekend van het boek 'de Rijenaar'. Daarin is hij één van de beschreven en geportretteerde alledaagse helden.

Lia en Ad hadden wat lekkers meegebracht voor bij de koffie/thee, die Huub voor ons had klaarstaan in zijn datsja. Tijdens het bezoek kregen we van Huub veel uitleg over wat er groeit en bloeit. Er stonden onder andere witte en gele narcissen, kievitsbloempjes en anemonen. Iedereen vond het een geslaagd uitstapje, met dank aan Huub Weterings.

Ingezonden door Frans Jonkers



Proosten op 25 jaar jokeren en rikken in de Oase



Woensdag 3 mei was het dan eindelijk zover: de kaartclub vierde haar 25-jarig bestaan. Het jokeren en rikken als activiteit van SV-Rijen bestaat natuurlijk al veel langer, maar het jubileum is nog nooit gevierd. In de soos in de Bernadetteschool, en later in de oude Rabobank, zal er ook al wel gekaart zijn, maar pas in 1991 werd de kaartclub opgericht. Alle activiteiten van SV-Rijen zijn sinds 1997 gehuisvest in de Oase. Daarom zijn veel groepen in dat jaar opnieuw begonnen met tellen van het bestaan. We zitten nu al wel in het 26^e jaar sinds de nieuwe telling, maar vorig jaar kon het jubileum niet gevierd worden vanwege corona.

In de pauze kregen de 40 aanwezige kaarters een drankje en een hapje aangeboden. In haar toespraak stond Truus Noij, voorzitter van SV-Rijen, stil bij het jubileum. Een van de voorgangers van SV-Rijen, 'de vereniging voor oude van dagen en gepensioneerden', was opgericht om de gepensioneerde mannen wat bezig te houden, onder andere met kaarten. Truus feliciteerde alle kaarters en sprak de hoop uit dat iedereen nog lang kan blijven kaarten in een gezellige sfeer.

Om te kunnen kaarten hoeft je geen lid te worden van de kaartclub zelf; lid zijn van de SVR is genoeg. Iedere woensdag om uiterlijk 13.30 uur ben je welkom in de Oase om te komen jokeren of rikken. De contactpersonen, Jan van den Bleek en Piet van Kuijk, delen de 30 tot 40 kaarters in tafels van vier of vijf personen in en dan wordt er tot ongeveer 16.00 uur gekaart. De kosten bedragen € 1,00 per keer en per tafel is er één prijs. Voor de beste kaart is dat het eigen inleggeld én dat van de anderen aan die tafel; maximaal € 5,00 dus. Er is plaats voor nieuwe deelnemers. Ken je het spel nog niet zo goed, dan is er hulp van ervaren kaarters. Loop op een woensdagmiddag gewoon eens binnen in de Oase.

Woensdag 21 juni

Grote Fietstocht voor alle fitte senioren



Op woensdag 21 juni organiseren we een mooie fietstocht van 55 kilometer. Je kunt meerijden op een fiets met of zonder trapondersteuning. We gaan naar Waalwijk en bezoeken het museum 'Schoenenkwartier', gevestigd in het Krophollercomplex. Meer dan 20.000 objecten, waaronder 13.000 schoenen, zijn er te bewonderen.

De hele tocht rijden we via een toeristische route. We vertrekken vanaf de Oase om 9.00 uur. Onderweg pauzeren we om ons zelf meegebrachte lunchpakketje op te eten. Rond 16.30 uur zijn we terug in Rijen. De kosten bedragen € 14,50. Inschrijven en betalen kan tot vrijdag 16 juni bij de gastvrouwen/-heren in de Oase. Heb je een museumjaarkaart? Dan kun je zelfs gratis mee, maar ook dan moet je inschrijven.

Nieuwe leden welkom bij Sportgroep 50+

Ben jij 50-plusser? Dan is bewegen ook goed voor jou! Bij Sportgroep 50+ ben je meer dan welkom. Kom samen met leeftijdgenoten in beweging. Het is een erg sociale groep. Je voelt je al snel thuis en wat erg belangrijk is: je kunt in je eigen tempo meedoen.

De trainingen worden gegeven door twee sportcoaches van de gemeente, met afwisselende oefeningen en spellen op muziek. Eén keer per maand word een kwartier badminton of een alternatief spel gespeeld en één keer per maand is er valpreventie-training.



Tijdens de pauze drinken we een lekker kopje koffie of thee in de foyer en praten we even bij. Na de pauze gaat een gedeelte van de groep volleyballen, de anderen doen spieroefeningen en een spel. Door het jaar zijn er nog enkele extra activiteiten zoals een sjoelmiddag en een fietstocht met koffie en lunch als afsluiting voor de zomervakantie.

We sporten op woensdagochtend van 9.00 tot 10.30 uur in Sportcomplex Den Butter.

Wil jij eens komen kijken en een paar keer gratis meedoen? Dan bieden wij je een gratis kopje koffie of thee aan.

De contributie bedraagt € 50,00 per jaar. Wil je meer weten? Onze folder vind je in het folderrek bij Den Butter en in de Oase. Meer info? mail dan naar tvsunten@kpnmail.nl of bel naar tel.nr: 0161 - 223 529

Kleurrijk dagje uit naar de Keukenhof



Donderdagochtend 13 april vertrok een redelijk volle bus richting Lisse. Onderweg stopten we en kreeg iedereen een koffie en appeltaart tijdens een leuk boottochtje. Daarna ging de reis verder naar de Keukenhof.

Dit wereldberoemde en spectaculaire bloemenpark, wordt door veel bezoekers uit de gehele wereld bezocht. Eenmaal binnen kon iedereen op eigen gelegenheid door het park wandelen met ruim zeven miljoen voorjaarsbloeiers zoals narcissen, hyacinten, fritilaria's, prunussen en natuurlijk de velden vol kleurrijke tulpensoorten. Ook binnen waren veel bloemen en bloeiende planten te zien. In het Beatrix Paviljoen was het genieten van orchideeën en anthuriums. De kleurrijke dag werd besloten met een al even 'kleurrijk' diner waarna de buschauffeur de voldane gasten weer keurig terugbracht naar Rijen. Deze dagtocht bleek, om even in bloementermen te blijven, een 'schot in de roos'.

Burgemeester swingt bij Pitch & Puttclub



Vrijdag 21 april bracht burgemeester Derk Alsema een bezoek aan onze Pitch & Puttclub 'de Swing'. Driemaal is scheepsrecht want eerder gooide het coronavirus roet in het eten en afgelopen november waren de weersomstandigheden zodanig slecht, dat het bezoek wederom gecancelld moest worden. Maar eindelijk was het zover! Na een korte kennismaking met de club kreeg Derk de eerste instructies van Jacques van Unen. Voor dat de competitie om 14.00 uur startte, werd een groepsfoto gemaakt. De burgemeester, Jacques van Unen en Hanneke Thielen speelden die middag op hole drie, de kortste baan.

Op onze vraag 'gaan we helemaal volgens de regels spelen?' antwoordde Derk: 'Ja natuurlijk, ik heb er zin in!' Al snel genoot de burgemeester van het spel op het prachtige park de Leemput.

Tijdens het spelen kreeg Derk alles te horen over de regels en de moeilijkheidsgraad van deze Pitch & Puttbaan. Dit mocht echter het spelplezier niet drukken. Zeer soepeltjes werden de negen holes gespeeld.

'Het was heel fijn om hier te zijn; sociaal en sportief in de buitenlucht met fijne mensen om me heen' zei de burgemeester na afloop. Onder het genot van een kopje koffie op het terras werden de scores nog geteld. 'Maak mijn score maar niet openbaar' lachte Derk, maar zijn resultaat viel echt mee hoor.

Maandag 29 mei

Tweede Pinksterdag

De Oase is gesloten

Advies of begeleiding nodig?

VOA's:

Onze Vrijwillige Ouderen Adviseurs (VOA's) helpen jou bij vragen en problemen over bijvoorbeeld thuis-administratie, zorg en welzijn, nalatenschap, het invullen van diverse formulieren, enz.

Tel.nr: 06 - 2454 4071

Cliëntondersteuners:

Onze onafhankelijke cliëntondersteuners helpen jou bij het aanvragen van een Wmo-voorziening.

Tel.nr: 06 - 2454 4071

Belastinginvullers:

Wil je hulp bij belastingaangifte?

Bel naar Henny van Oosterhout.

Tel.nr: 06 - 8188 4406

Keuringsarts rijbewijs:

Op www.sv-rijen.nl staat een

[nieuwe lijst met keuringsartsen](#).

Deze lijst ligt ook ter inzage bij de gastvrouwen in de Oase.

Contactgegevens

Artikelen, ideeën en foto's voor de volgende SVR-Nieuwsbrief kun je tot donderdag **8 juni** sturen naar:

redactie@sv-rijen.nl

Wijziging van je adres, telefoonnummer of e-mailadres graag doorgeven aan de gastvrouwen/-heer in de Oase, of mailen naar:

ledenadministratie@sv-rijen.nl

Voor alle overige zaken mail je naar: secretariaat@sv-rijen.nl of bel naar tel.nr: 0161 - 227 197

Ze zijn er weer, de Digitale Zomersnacks!

Vrijdag 9 - 16 - 23 en 30 juni van 10.00 tot 12.00 uur zijn er digitale zomersnacks in de Oase. Inschrijven kan via cursussen@sv-rijen.nl of bij de gastvrouwen/-heren in de Oase. Kosten: € 5,00 per persoon per ochtend (exclusief consumptie). Vóór aanvang van de bijeenkomst via PIN betalen aan de bar in de Oase. Er staan laptops van de bieb voor je klaar. Je eigen laptop, smartphone of tablet meenemen mag ook. Uitgebreidere informatie vind je in de agenda op www.sv-rijen.nl

Vrijdag 9 juni: Digitale schoonmaak op je laptop

Het voelt goed als iets weer blinkend schoon is. Het geeft je een rustiger gevoel. Datzelfde geldt voor je computer. Een ander voordeel van een 'opgeruimd' apparaat is dat deze er minder traag van wordt. Deze dag leer je onder andere: Verwijderen van tijdelijke bestanden; controleren of je nog opslagruimte hebt; oude downloads en cookies weggooien; prullenbak legen; ordenen van persoonlijke bestanden.

Vrijdag 16 juni: Weerbaar online – privacy en veiligheid

Leer hoe je veilig het internet op kunt gaan en hoe je je jouw privacy kunt beschermen. Tijdens deze bijeenkomst gaan we het hebben over: Hoe maak je een veilig wachtwoord; wat is phishing en wat kun je eraan doen; privacy op het internet.

Vrijdag 23 juni: Parkeerapps (alléén voor gebruikers van een smartphone)

Betaald parkeren is soms een gedoe. Inmiddels kan betalen ook via de pinpas. Maar met een parkeerapp regel je alles snel en simpel. Tijdens deze zomersessie kijken we naar: Welke parkeerapps zijn er allemaal; hoe werkt een parkeerapp. Neem je smartphone mee! Heb je een iPhone, denk aan je AppleID. Enige ervaring met gebruik van je smartphone is vereist.

Vrijdag 30 juni: Online tickets kopen

E-tickets worden steeds vaker gebruikt: voor bioscopen, attractieparken, vliegreizen en treinreizen. Zo'n ticket is een online toegangs- of vervoersbewijs dat je via internet koopt. Het is dus gewoon een kaartje, maar staat dan in je e-mail of een speciale app. In deze bijeenkomst leren we: Waar let ik op bij het kopen van een online ticket; wat heb ik nodig om een online ticket te kopen; waar vind ik mijn online ticket terug.

Lintjesregen voor SVR - leden



Astrid Boelhouwer



Henk Oorschot



Peter van der Gaag

Gemeente Gilze en Rijen is zes Koninklijk gedecoreerden rijker. Daarvan zijn er drie lid van SeniorenVereniging Rijen; Astrid Boelhouwer, Henk Oorschot en Peter van der Gaag. Zij werden door burgemeester Derk Alssema benoemd tot Lid in de Orde van Oranje Nassau. Astrid Boelhouwer is bij veel SVR-leden bekend als gastvrouw, VOA, belastinginvuller en contactpersoon van de fietsclub. Wij feliciteren onze drie leden van harte met deze prachtige en welverdiende onderscheiding.