



't Buukske



September 2025



De Biesbosch

Foto Ciel Saris

*Met pensioen gaan is een hele eer,
maar let op:
je hebt nooit vakantie meer!*

Voorwoord

De zomer loopt op zijn einde en we hopen dat u heeft kunnen genieten van de zonnige dagen, of dat nu in eigen tuin was of op vakantie. Nu september voor de deur staat, kijken we weer uit naar een maand vol gezellige en interessante activiteiten binnen onze vereniging.

Allereerst vraag ik de leden, waarvan we **nog geen emailadres** hebben, nogmaals uw aandacht voor het doorgeven van een emailadres. Op korte termijn krijgen deze leden een brief in de brievenbus waarop u een contact emailadres kunt aangeven. Na een week halen we deze brief bij u thuis weer op. U kunt daar uiteraard ook op aangeven als u geen emailadres wil doorgeven.

Verder nodig ik alle leden van harte uit voor onze **Terrasmiddag** op woensdag 3 september in De Bongerd van 14.00 tot 16.00 uur. Dit is dé gelegenheid om elkaar in een ontspannen sfeer te ontmoeten, bij te praten en samen te genieten van een kopje koffie of thee met iets lekkers erbij. Hopelijk werkt het weer mee zodat we buiten kunnen zitten, maar zo niet, dan maken we het binnen net zo gezellig.

Een bijzondere traditie binnen Senioren Vitaal is de lunch voor onze leden die dit jaar 80 of 90 worden. Dit jaar vindt deze lunch plaats op woensdag 17 september in De Bongerd. We vinden het belangrijk om onze oudste leden eens extra in het zonnetje te zetten en kijken uit naar deze feestelijke en waardevolle middag.

Voor de leden die nieuwsgierig zijn naar hoe bedrijven werken aan hygiëne en veiligheid, organiseren we op woensdag 24 september een excursie naar v. Eck Bedrijfshygiëne. Van 14.00 tot 16.00 uur krijgen we een rondleiding en uitleg over de belangrijke rol die hygiëne speelt in de bedrijfsvoering. Een interessante middag die zeker de moeite waard is!

Ik hoop u bij een of meerdere van deze activiteiten te mogen begroeten. Samen maken we er weer een mooie maand van!

Met vriendelijke groet
Willem Donkers
Voorzitter Senioren Vitaal



Verenigingsinfo

Bestuur

Voorzitter:

Willem Donkers

tel. 06 83 25 36 51

Secretaris: vacant

Penningmeester:

Jan van Maasakkers

tel. 0499 47 32 98

Ledenadministratie:

Gerard Versantvoort

tel. 0499 47 53 50

Communicatie:

Ciel Saris

tel. 0499 47 66 35

Clubs

Jeu de boules: Wily Bolk

tel. 06 50 46 27 08

Kaarten: Ine v. Riel

tel. 06 83 51 75 09

Biljarten: Jan van Avoort

tel. 0499 47 68 49

Wandelen: Jan Koks

tel. 0499 47 66 47

Fietsclub 1: Wim v. Riel

tel. 0499 47 64 30

Fietsclub 2: Ciel Saris

tel. 0499 47 66 35

Kegelen: Ine v. Riel

tel. 06 83 51 75 09

Uit eten: Ties Smetsers

tel. 0499 47 63 34

Redactie

Ciel Saris

tel. 04 99 47 66 35

Vera van Honk

tel. 06 40 17 78 32

Gerard Versantvoort

tel. 04 99 47 53 50

Els Spooren (corrector)

Excursie naar het Jan Visser museum in Helmond



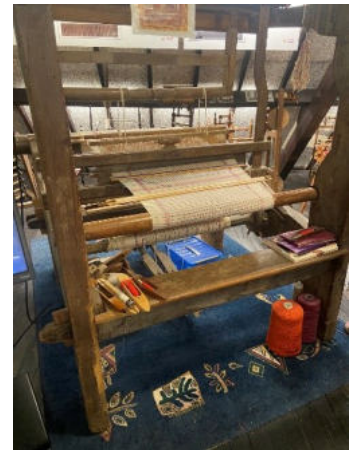
Op woensdag 18 juni bezochten wij met 26 personen het nostalgische Jan Visser Museum in Helmond. Ongeveer de helft van de groep kwam op de fiets, de rest met de auto. We werden ontvangen met koffie, thee en appelgebak. Daarna keken we een korte film over de opzet van het museum.

Onze gids, Freek Kuijpers, gaf een korte inleiding over de geschiedenis van het museum. Vervolgens legde hij heel duidelijk uit wat er allemaal tentoongesteld is.

Jan Visser, chef-graveerder bij Van Vlissingens katoendrukkerij, was een inventieve en creatieve man

die zich inzette voor de Helmondse gemeenschap. Hij zag dat het tijd was om attributen van het oude boerenhandwerk te verzamelen en te bewaren voor toekomstige generaties. Zeis en schoffel zouden niet meer gebruikt worden.

Veel van deze attributen zijn te zien in het museum: een dorsvlegel, een wan, een hakselblok. De romantiek van het boerenleven was hier duidelijk zichtbaar. Daarnaast zijn er ook schrijfmachines, telmachines, een oude biechtstoel (die gebruikt werd bij bedlegerige mensen) en kerkelijke voorwerpen te zien.



De industrialisatie was al begonnen. Jan Visser verzamelde afgedankte werktuigen en gereedschappen en stelde er een collectie van samen. Hij bleef tot op hoge leeftijd langs de boeren gaan, vaak op de fiets, waar hij in stallen onder stof en spinnenwebben het hele boerenleven aantrof.



In 1998 begon men met het verzamelen van voorwerpen uit oude ambachten. Machines en gereedschappen van slagers, smeden en schoenmakers zijn nu te bekijken in het museum. In 2006 werd op het terrein aan de Keizerin Marialaan een nieuw onderkomen geopend, waar het historische materiaal van de gemeente Helmond en diverse bedrijfsbrandweerkorpsen te zien is.

Het museum wordt gerund door een bestuur en vrijwilligers. Iedereen werkt hier op vrijwillige basis. Ze zetten zich in met hun vakkennis op het gebied van onderhoud van gebouwen en collecties, restauratie en registratie. Ook organiseren ze activiteiten om de financiën op orde te houden.

Repaircafé Son en Breugel is gehuisvest in het Hoihuis.

Iedere laatste vrijdag van de maand is het Repaircafé geopend van 13:00 tot 17:00 uur. Aanbieden van reparaties tot uiterlijk 16:00 uur.

Je kunt vooraf intekenen op een reparatielijst via de beheerder (0499465555).

Je hebt dan voorrang op aanbieders die zich niet vooraf hebben aangemeld, je krijgt een tijd toegewezen waarop je aan de beurt bent.



Klusteam

Het klusteam helpt bij kleine incidentele klusjes thuis: een lamp of schilderij ophangen, een klein klusje in de tuin, enz.

Hulp die regelmatig gevraagd wordt, wordt niet geboden. Om hulp te krijgen kunt u contact opnemen met tel 0499 - 475 350 of mailen:

secretaris@seniorenvitaalsonenbreugel.nl



U dient bij de opgave aan te geven om wat voor klusje het gaat.

De klusser neemt contact met u op om verdere afspraken te maken.

Kosten: € 5,00 per ½ u

Wij gedenken onze overleden leden:

Lies Burger- v. Swaaij, 97 jaar

Harrie Maas, 78 jaar

Elly v. Beest, 80 jaar

Francien Donkers, 74 jaar

Johan Meulendijks, 86 jaar

Toos v.d. Kruis-Jansen, 84 jaar

Hennie Saris, 81 jaar



Wij verwelkomen nieuw leden:

Hans Merks, Airbornestraat

Henny v.d. Staak, Airbornestraat

Miriam v. Lochem, Roerlaan

Diny v. Happen, Duinlaan

Lisette Veeneman, Duinlaan

Mary Raaijmann, St. Hubertuslaan

Tiny Raaijmann, St. Hubertuslaan



Senioren Brabant-Zeeland heeft zich de



laatste maanden ingezet om het advies van De Nederlandsche Bank (DNB) ter harte te nemen **om iedereen voor te**

bereiden op noodsituaties waarin 72 uur lang het betalingsverkeer uitvalt. Dat kan zijn als er aan de kassa niet elektronisch betaald kan worden, als geldautomaten het niet doen, of als er niet online gebankierd kan worden. Consumenten kunnen in

zo'n situatie het beste rond de € 70,- per volwassene en € 30,- per kind aan contant geld achter de hand houden en meerdere betaalmiddelen hebben.

U leest de adviezen op de website van De Nederlandsche Bank op <https://www.dnb.nl/betalen/contant-geld-in-jouw-noodpakket/>. Het advies is door het MOB opgesteld. Het Maatschappelijk Overleg Betalingsverkeer (MOB) is een overleg waarin koepelorganisaties, betrokken bij het aanbieden en afnemen van betaaldiensten, zich gezamenlijk inzetten voor een veilig, betrouwbaar, toegankelijk en efficiënt betalingsverkeer. Senioren Brabant-Zeeland is hierin goed en persoonlijk vertegenwoordigd. Daardoor hebben wij inspraak en bijdrage mogen leveren bij dit advies, samen met andere belangenorganisaties.

€ 70,- per volwassene, € 30,- per kind in jouw noodpakket

Zorg ervoor dat je wat contant geld achter de hand hebt. Hoeveel? Advies voor een noodpakket voor de eerste 72 uur na een ramp of noodsituatie is: € 70,- voor een volwassene en € 30,- voor een kind. Handig is het om verschillende biljetten en munten te hebben. Zo kan je zoveel mogelijk gepast betalen. Het is niet nodig om nu onmiddellijk contant geld in huis te halen. Leg de komende maanden steeds wat contant geld opzij voor jouw noodpakket.

U weet toch dat

- * We hulp bieden bij de keukentafelgesprekken met de gemeente.
- * U korting kunt krijgen bij verschillende ziektekostenverzekeringen.
- * U altijd hulp kunt krijgen bij het invullen van formulieren?
- * Wij administratieve ondersteuning bieden. Heeft u moeite met het bijhouden van uw administratie? Wilt u hulp bij het ordenen van uw post?
- * We een protocol 'ongewenste omgangsvormen' hebben? U kunt dit protocol vinden op de website: www.seniorenvitaalsonenbreugel.nl

* Het **bankinformatiepunt** is in het Dommelhuis in de **even weken** geopend tussen 16:00 en 17.00 u.

- * Hebt u het energieaanbod van de KBO gezien?
- * **Wij hebben voor iedereen, die er even een nodig heeft, een rolstoel te leen.**

STIP | Hét Senioren
Telefonisch
Informatiepunt

Een initiatief van de
Seniorenraad Son en Breugel

06 - 1221 3222

*Bel ons netwerk voor
antwoord op al je vragen.*

 www.seniorenraadsonenbreugel.nl
stip@seniorenraadsonenbreugel.nl
06 - 1221 3222 dagelijks van 10.00 - 20.00 uur

Hulp gevraagd:

De redactie van dit blad bestaat momenteel uit 3 personen, dit is krap aan, een van de reactie-leden, Vera, is op dit moment niet in de gelegenheid om het blad mee samen te stellen.

Het zou op korte termijn fijn zijn om met meerdere mensen aan het blad te werken.



WIE BIEDT HULP ?? (of weet je iemand die dat zou willen, geef dit door)

Excursie naar de firma v. Eck

Woensdag 24 september gaan we op excursie naar de firma v. Eck, bedrijfshygiëne in de Sonniuswijk. De eigenaar van dit bedrijf is opgegroeid in Breugel, bij het kapelletje.



Bij dit vermaarde bedrijf zijn we welkom om te kijken hoe ze in grote delen van Europa alles weer schoon maken en ontsmetten.

We zijn welkom vanaf 14.00 u.

Deelname aan deze excursie is **gratis**.

Als je **per fiets** wilt gaan, vertrekken we vanaf de rotonde (bij het zwembad) om 13.15 u. Ga je liever **per auto** mee dan vertrekken we vanaf het Kerkplein om 13.30 u.

Opgeven bij: Ine van Riel, tel. 0499 47 64 30

Kegelen

Het kegelen starten we weer op in oktober.

We gaan zeven maanden elk maand aan de slag bij de Vresselse hut.

Alle kegeldagen zijn op donderdag (bijna altijd de laatste donderdag van de maand) gepland.

De data zijn: 23 oktober; 27 november; 18 december; 29 januari; 26 februari; 26 maart en 30 april.

Kosten voor deze 7 middagen bedragen € 35,00 (inclusief afsluitend etentje)



Opgeven bij Ine v. Riel. Tel. 0499 47 64 30

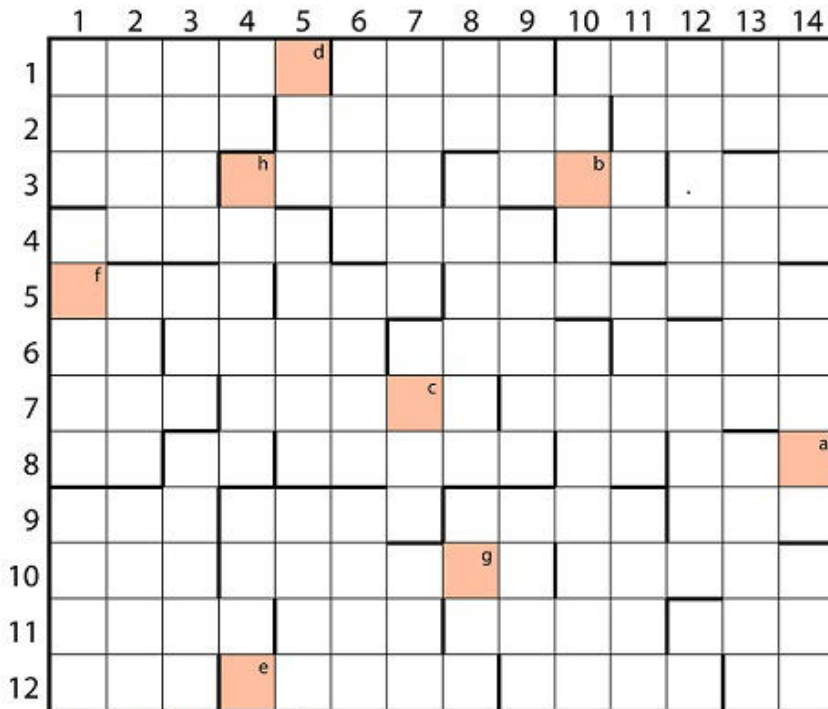
PUZZEL

In juli zijn er 16 oplossingen ingestuurd. De winnaar is Truus Fransen uit de Peellaan. De prijs is intussen bij de winnaar bezorgd.

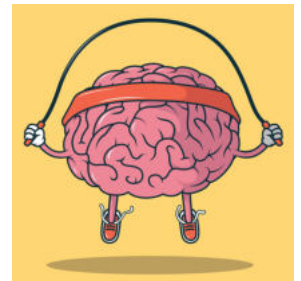
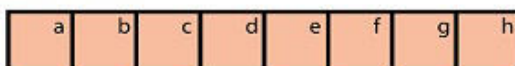
De puzzel van deze keer is weer een doorloper. De in te sturen letters vormen GEEN woord. Het antwoord loopt tot het streepje, daarna komt het volgende woord.

Horizontaal: 1 vuurmond; spraakorgaan; boender - 2 blinde woede; mening; koningstitel - 3 insect; aanstellerig mens; greppel; gravure - 4 eenheid van warmte; zwarte kleverige stof; vuurpijl - 5 gebladerte; voordat; cowboyfilm - 6 als onder; woestijnbron; groot natuurbos; omslag - 7 hoofdgroet; landstreek; paardrijkschool - 8 heilige; Romanum Imperium; hemelbrood; motorraces; huisdier - 9 wees gegroet; grondsoort; geelbloeiende struik; pl. in Flevoland - 10 gesloten; brede laan; koeksoort - 11 zwaardwalvis; koordans; tekst op muziek; afslagplaats bij golf - 12 onderricht; harde buitenlaag; snijwond; senior.

Verticaal: 1 deel v.e. viool; zachte schittering; koraaleiland - 2 liefdesgod; één keer; ploegsnede - 3 factuur; evenzeer; serie - 4 in orde; jachtexpeditie; firma - 5 kloosterzuster; zuurdeeg; Ned. omroep - 6 hoon; huwelijkspartner; omlaag - 7 riv. in Italië; bries; muurholte - 8 voegwoord; normaal; huidzwelling - 9 Chinese deegwaren; gewrichtsaandoening; tocht - 10 portemonnee; dagtekenen - 11 riv. in Spanje; kampeerverblijf; heersende smaak - 12 patiënt; signaal; overmatig - 13 daar; naar achteren; gebergte in Zuid-Amerika - 14 dierlijke uitwerpselen; niemendal; ijzerhoudende grond.



©www.puzzelpro.nl



We hopen
weer veel
oplossingen
binnen te krijgen!





Excursie naar de Risk Factory

In het kader van de **Senior Zomer Activiteiten (SZA)** 2025 hebben 40 senioren uit Son en Breugel op 14 juli een bezoek gebracht aan de “Risk Factory” in Geertruidenberg. In de voormalige Dongecentrale is een “ontdekfabriek” ingericht waar verschillende situaties op het gebied van veiligheid en gezondheid zijn nagebootst. Denk daarbij aan: gevaarlijke verkeerssituaties, cybercrime voorbeelden, pesten, brandveiligheid in huis, omgaan met giftige stoffen, drugs- en alcohol gebruik, overlevingspakket en nog veel meer. Waar moet je dan opletten?

De “ontdekfabriek” was voor het eerst ook geschikt gemaakt voor senioren. Natuurlijk waren we heel benieuwd hoe onze senioren dat zouden vinden! Van deze dag is ook een filmrapportage gemaakt.

Om 9.00u verzamelden we ons bij het Dommelhuis. Daar stond koffie klaar en een taartje met een 10 erop, want de organisatie SonenBreugelVerbindt bestaat immers 10 jaar. Burgemeester mevrouw Otters kwam deze eerste zomeractiviteit officieel openen. Daarna reden we met de bus naar Geertruidenberg. Een rit van ongeveer een uur. Daar werden wij door ongeveer 15 vrijwilligers, onze rondleiders, ontvangen met koffie en een kort introductiefilmpje. Vervolgens werd onze groep in 5 subgroepen verdeeld en gingen we door de “ontdekfabriek” heen. Om 12.00u werd er een lunch geserveerd met soep en allerlei soorten broodjes. En daarna weer de “ontdekfabriek” in tot ongeveer 15.00u. Omdat het de eerste keer was dat er senioren op bezoek kwamen, werd er aan onze groep gevraagd om de dag te evalueren. Met de uitkomsten waren de organisatoren erg blij. En toen weer terug naar Son en Breugel. Volgens de aanwezigen was het een fantastische en leerzame dag geweest. Hulde aan alle vrijwilligers!

Jan Frans Brouwers

Herken de psychologische trucs van internetcriminelen

Internetcriminelen zijn meesters in menselijk gedrag. Ze maken op allerlei manieren misbruik van menselijke emoties en karaktertrekken. We zetten er een aantal op een rij.

Emotionele triggers

Internetcriminelen spelen handig in op menselijk gedrag. Ze bedenken altijd wel een manier waarin het logisch of zelfs noodzakelijk lijkt om mee te werken. Meestal wordt hierbij een emotionele trigger gebruikt. Dat is zeer effectief omdat wij mensen vaak beslissingen nemen op basis van intuïtie en gevoel. Daardoor reageren we impulsief en letten we minder goed op. Hoe werkt dit in de praktijk?



Een aantal voorbeelden:

1. Noodzaak

Een populaire truc is het creëren van een noodzaak. De aanvaller stuurt bijvoorbeeld een sms uit naam van een pakketbezorger. Je bent vergeten om invoerrechten te betalen: pas daarna wordt het pakket bezorgd. Of je ontvangt een email over een kortingsactie van je favoriete merk die binnenkort verloopt.

2. Angst

Niks is meer noodzakelijk dan iets waar je bang voor bent. Je bank waarschuwt bijvoorbeeld voor een ernstig beveiligingsprobleem. Je moet zo snel mogelijk een nieuwe pincode instellen. Of een woedende winkel dreigt een incassobureau in te schakelen als je niet snel een openstaande rekening betaalt.

3. Nieuwsgierigheid

Mensen zijn nieuwsgierige wezens. Zo krijgen we soms een email over een mysterieuze gewonnen prijs. Dan zijn we toch geneigd om op onderzoek uit te gaan. Dit is de meest gebruikte methode van infostealers om apparatuur binnen te dringen via phishing mail. In een bijlage zit de malware verstopt.

4. Vertrouwen

Een email van de koning wekt argwaan. Maar wat als je familielid appt of je wat geld kan overmaken? Dan gaan de alarmbellen niet direct af. Dit heet WhatsApp-fraude. Hetzelfde geldt voor communicatie vanuit organisaties die je vertrouwt, zoals de overheid. Dat vertrouwen maakt je kwetsbaar.

5. Hebzucht

Een email dat je 2000 euro hebt gewonnen in een loterij. Of de belastingdienst laat weten dat je honderden euro's terugkrijgt. Het klinkt onwaarschijnlijk, maar wat nou als het wél klopt?

Sommige mensen klikken dan toch op die link. Zeker in economische zware tijden motiveert hebzucht.

6. Liefde

Via een datingapp heb je de man of vrouw van je dromen gevonden. Maar na een paar maanden begint die persoon om geld te vragen, bijvoorbeeld voor een levensreddende operatie. In werkelijkheid gaat hierachter een keiharde crimineel schuil die weet dat liefde blind is.

7. Wederkerigheid

Wanneer je een compliment krijgt, voelt het natuurlijk om iets aardigs terug te zeggen. Ook cybercriminelen passen dit principe van wederkerigheid toe. Ze bieden bijvoorbeeld gratis technische ondersteuning aan en vragen dan om je antivirussoftware uit te schakelen voor een systeemupdate.

8. Empathie

De meest harteloze oplichters maken misbruik van je medemenselijkheid. Ze doen zich voor als een goed doel en smeken je bijvoorbeeld om geld te doneren voor slachtoffers van oorlogen of onderzoek naar kinderziekten. Liefdadigheidsfraude komt altijd voor, maar piekt doorgaans na grote rampen.

9. Commitment

Als een persoon besluit om ergens mee te helpen. Is de kans groter dat hij of zij ook meewerkt aan vervolgvragen. Daarom vragen cybercriminelen soms eerst iets kleins en eenvoudigs en werken ze langzaam toe naar meer gedetailleerde en persoonlijke vragen.

Luister niet altijd naar je gevoel

Emoties maken ons menselijk. Het is nu eenmaal niet mogelijk om ze uit te schakelen. Maar we kunnen wel voorkomen dat cybercriminelen ons manipuleren door op onze emoties in te spelen. Meldt iemand zich met een dringend probleem, een vreemd verzoek of een aanbieding die te mooi klinkt om waar te zijn? Blijf altijd kritisch nadenken en neem geen overhaaste beslissingen. Ook als je gevoel zegt dat je dat wél moet doen.



Rabo ClubSupport

Senioren Vitaal Son en Breugel doet weer mee!

Oproep aan alle leden om te stemmen

(als je lid bent van de Rabobank)

***Tussen 1 tot en met 23 september
kun je stemmen op jouw favoriete verenigingen
(en dat is natuurlijk Senioren Vitaal Son en Breugel)***

Elke stem is ongeveer € 10 waard!

Senioren Vitaal – leden STEM ! !

Bij voorbaat bedankt voor jullie steun!

Stem je via de Rabo App of Rabo Online Bankieren. Hiervoor is geen stemcode nodig. De lijst met deelnemers staat onder de knop Rabo ClubSupport. Als je inlogt, vind je deze knop via 'Service' en vervolgens 'Lidmaatschap'.

Ben je niet digitaal actief, dan kun je bellen naar de Rabo-klantenservice en jouw stemcode opvragen.

Stemmen moet vervolgens wel via de website gedaan worden, bijvoorbeeld met hulp van familie óf met hulp van een van de bestuursleden van onze vereniging!

De klantenservice van de Rabobank is bereikbaar op telefoonnummer (088) 722 66 00 op werkdagen van 08.00 tot 18.00 uur op zaterdag van 09.00 tot 17.30 uur.

De stemcode wordt telefonisch aan je doorgegeven, maar kan ook per post aan je verzonden worden als je hierom vraagt.

Heb je hulp nodig, dan bel je Jan v. Maasakkers of Gerard Versantvoort

Activiteiten in de maand september

Vaste activiteiten

- Jeu de boules:** Iedere maandag- en vrijdagmiddag van 13.15 - 15.30 u.
Bij de Boerderij in Breugel
- Kaarten:** Iedere dinsdagmiddag van 13.30 – 16.30 u. in Den Bauw.
Den Bauw, St. Genovevastraat Breugel
- Biljarten:** Iedere dinsdag- en donderdagmiddag van 13.00 – 17.00 u.
In De Bongerd
- Fietsclub 1:** Woensdag 3 september.
Vertrek vanaf het P. Breugelplein om 9.30 u.
Afstand ong. 25 / 30 km.
- Fietsclub 2:** Dinsdag 9 en 23 september.
Vertrek vanaf het Kerkplein in Son om 9.30 u.
Afstand ong. 25 / 30 km.
- Samen eten:** De Smickel in Breugel.
Woensdag 17 september om 17.00 u.
Aanmelden / afmelden bij Ties Smetsers, 0499 47 63 34

Woensdag 27 augustus is de bedankmiddag voor de vrijwilligers van onze vereniging in Den Bauw in Breugel.

Woensdag 3 september hebben we een terrasmiddag bij de Bongerd vanaf 14.00 u. Even bijpraten na de vakantie, onder het genot van een kopje koffie en een drankje. Bij slecht weer kunnen we in de foyer terecht.

Het gaat dus altijd door! Entree: GRATIS

Op **17 september** zijn de leden die dit jaar 80 jaar worden en de leden die 90 jaar worden uitgenodigd voor een lunch in de Bongerd.

Woensdag 24 september excursie naar de firma v. Eck, bedrijfshygiëne in de Sonniuswijk. (zie blz. 6)

Opgeven bij: Ine van Riel, tel. 0499 47 64 30

Het **kegelen** starten we weer op in oktober. Alle dagen zijn op donderdag gepland: de eerste keer is op 23 oktober.

Nadere informatie op blz. 6

Woensdag 29 oktober organiseren wij een 1/2 dagreis naar Asten
Nadere informatie in het volgende Buukske.

Het **winterwandelen** wordt door Jan Koks weer opgestart op 12 november.
Nadere informatie in het volgende Buukske.