



't Buukske



Oktober 2025



Foto, Ciel Saris.

Een natuurlijke belichting
van de prachtige verbinding
tussen Son en Breugel.

Voorwoord van de voorzitter

Beste leden,

Langzaam schuiven we richting de herfstmaanden. Voor ons als vereniging betekent dat ook: samen vooruitkijken naar wat we komend seizoen met elkaar willen doen.

Om dat goed te kunnen afstemmen, ontvangt u binnenkort van ons een enquête. We zijn heel benieuwd naar uw ideeën en wensen: welke activiteiten vindt u leuk, wat mist u nog, en hoe kijkt u aan tegen samenwerking met andere seniorenverenigingen? Met uw inbreng kunnen we een programma maken dat écht aansluit bij wat u belangrijk en plezierig vindt.

Uw mening telt – vul de enquête in en

denk met ons mee!

Zelf had ik de afgelopen tijd het genoeg om aanwezig te zijn bij het 20-jarig jubileum van Jeu de Boulesclub 't Rolt. Wat een mooie en feestelijke dag was dat! Het was prachtig om te zien hoeveel plezier en verbondenheid de leden daar met elkaar beleven. Vanaf deze plek nogmaals van harte gefeliciteerd aan iedereen van 't Rolt, op naar de volgende 20 jaar!

Bij de terrasmiddag bij De Bongerd in Breugel waren 40 leden aanwezig. Onder het genot van een drankje en hapje werd gezellig teruggekeken op de zomerperiode.

Ik kijk ernaar uit om u binnenkort weer te ontmoeten bij een van onze activiteiten. Samen zorgen we ervoor dat Senioren Vitaal een plek blijft waar iedereen zich welkom en betrokken voelt.

Hartelijke groet,
Willem Donkers



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)

Reisje naar de Peel / Asten

Op woensdag **29 oktober** organiseren wij een halve dagtocht naar de Peel. We gaan naar Asten om een bezoek te brengen aan het Museum Klok en Peel.

Er is een rondleiding door het museum en aansluitend is er koffie met vlaai.

Wandelend door de tuinen krijgen we uitleg over de natuur en de plant- en diersoorten die in de omgeving voorkomen.



Om 16.45 u. rijden we via een mooie route naar ons dineradres.

Met een driegangendiner sluiten we deze middag af.

Om ongeveer 20.15 u. zijn we weer terug in Son.

Het reisschema ziet er als volgt uit:

13.00 u. vertrek vanuit Son, 13.10 u. vertrek vanuit Breugel

13.45 u. aankomst in Asten

Daar worden we in 2 groepen verdeeld.

14.00 – 15.00 u. groep 1 rondleiding

Groep 2 koffie/thee met vlaai en 'vrij rond lopen'

15.30 – 16.30 u. groep 2 rondleiding

Groep 1 koffie/thee met vlaai en 'vrij rond lopen'

16.45 u. vertrek vanuit Asten

17.30 u. aankomst dineradres

19.30 u. vertrek vanuit dineradres

20.15 u. aankomst Son en Breugel.

Aanmelden bij Ties Smetsers vanaf

29 september, tel. 04 99 47 63 34.

Aanmelden kan **tot 6 oktober**,

dagelijks tussen 13.00- 14.00 u.

Bij teveel aanmeldingen wordt er geloot.



De bijdrage voor deze reis is € 62.50 per persoon.

Dit bedrag overmaken op de Rabobankrekening van **Senioren Vitaal**:

NL88 RABO 0148 2373 63

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

De redactie van dit blad bestaat momenteel uit 3 personen. Dit is krap aan. Een van de reactieleden, Vera, is op dit moment niet in de gelegenheid om het blad mee samen te stellen. Het zou fijn zijn als er versterking komt zodat we met meerdere mensen aan dit blad kunnen werken.



Wie heeft interesse?

Kegelen

Het kegelen starten we weer op in oktober. We kunnen dan aan de slag in 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

Op woensdag 3 September de Terrasmiddag.



Onder het genot van koffie, een hapje en een drankje is de eerste bijeenkomst na de zomervakantie gestart. Elkaar ontmoeten bij de vernieuwde Bongerd.

Mooie opkomst, mooi weer, een en al gezelligheid.

Eerst een openingswoord van onze voorzitter Willem.

Daarna gaf mevr. v.d. Ven een korte uitleg over hoe belangrijk het is om te bewegen. Hierover verder in dit Buukske meer.

Velen hebben ook de Bongerd even van binnen kunnen bekijken.

De reacties waren lovend, een schitterend interieur.

Terrasmiddag: een aanrader, voor herhaling vatbaar.

De oplossing van de puzzel van augustus was: Tuinklus.

De waardebon is, na loting, gewonnen door Fanny v Hout en is intussen thuisbezorgd bij de winnaar.

De nieuwe puzzel is weer wat gemakkelijker en we hopen weer op een groot aantal inzendingen. Graag inzenden voor 10 oktober naar: **secreteriaat@seniorenvitaalsenbreugel.nl**



sufferd		tegoed		grond- soort		lijdzaam		opgewekt	
vorsten- dom		gevan- genis						eerste vrouw	
4						voordat			
muziek- teken				geweer- vuur		6			
hoge stoep				vordering					
			8			paling			
docto- randus		onzes inziens			gouden tientje			afgod	2
		riv. in Frankrijk			Spaanse uitroep				
			solvis omissis			loofboom			
			pep- middel			dokter			
Euro- peaan	voormalig			natie					half- edelsteen
	schoolvak			palmmeel					
	1					onder andere			
						toespraak			
Peruaans vorst					voeder- bak				
Noorse godheid									
			draagbare telefoon		rustteken				
					grond- soort				
vuur- wapen		waagstuk				delfstof		vuur- wapen	5
		slim							
				taille					
				insect					
nooit									
loflied									
			uit elkaar						
uniek		7			heilige			3	

©www.puzzelpro.nl

1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---



U weet toch dat

- * We hulp kunnen 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 kunnen 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 in het Dommelhuis is en in de even weken op woensdag geopend is 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.
-

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 Gerard Versantvoort **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:

Yvonne Massop - Van Wijk, Pallaspad, 73 jaar

Albert Merks, Kanaalstraat, 82 jaar

Mevr. Bruins, de Bontstraat, 90 jaar



Wij verwelkomen nieuw leden:

Maria Vogels, St. Genovevastraat

Harrie v.d. Heuvel, Mescuriusstraat

Elly v.d. Heuvel, Mercuriusstraat

Dhr. Tibben, Duinlaan





Senioren Vitaal Son en Breugel bedankt haar vrijwilligers

Met een warm hart en veel waardering heeft Senioren Vitaal Son en Breugel afgelopen week haar vrijwilligers in Den Bauw in het zonnetje gezet. Tijdens een gezellige bijeenkomst werden de diverse vrijwilligers bedankt voor hun onmisbare inzet. Dankzij hun toewijding kunnen ouderen in onze gemeente blijven deelnemen aan beweegactiviteiten, koffiemomenten en sociale evenementen.

We werden ontvangen met koffie, thee en een lekkere appelflap.

Voorzitter Willem Donkers sprak lovende woorden: "Onze vrijwilligers zijn de motor achter alles wat we doen. Zonder hen geen vitaal en sociaal leven voor onze senioren in Son en Breugel."

Er was ook nog een drankje, een heerlijk soepje en als afsluiting een Chinees buffet als blijk van dank.

Senioren Vitaal Son en Breugel kijkt vol vertrouwen naar de toekomst, gesteund door deze betrokken groep mensen.

Wilt u ook iets betekenen voor de oudere medemens? Nieuwe vrijwilligers zijn altijd welkom!

Ans Geluk



Jeu de Boules Club 't Rolt 20 jaar in Son en Breugel

De Jeu de Boules Club 't Rolt' van Senioren Vitaal heeft op 5 september het 20-jarig bestaan gevierd in de Boerderij te Breugel.

Om 13.30 u. was iedereen aanwezig en zijn we begonnen met een uurtje boulen. Daarna gingen we met z'n allen naar binnen en werd iedereen welkom geheten en uitgenodigd voor de koffie met gebak.

We hebben toen geapplaudiseerd voor Leo Dortmans (de oprichter van de club) met nog 6 overige leden die vanaf het begin lid zijn. (zie o.a. de leden op de bank).

We hebben 'lang zullen ze leven' gezongen voor de 95-jarigen: Annie Megens en Gerrit van Eck.

Wij kregen de felicitaties van Senioren Vitaal en een leuk cadeau van voorzitter Willem Donkers.

Door Marijn Peters en Jan van den Berg werd een ludieke act opgevoerd om iedereen die iets voor de club gedaan heeft te bedanken.

Intussen was Piet Pijnacker gekomen om van ons een groepsfoto te maken (die heel goed gelukt is, zie bijgaande foto).

Daarna was het de hoogste tijd voor een borreltje en drankje.

De feestmiddag werd afgesloten met een heerlijke soep en maaltijd die door Ine van Riel met assistentie van Magriet Slikker werd opgediend.

Daarna ging iedereen voldaan huiswaarts.

Wily Bolk

Beste heer/mevrouw,

Graag vertellen wij u meer over het project **Samen Fit en Veilig**. Dit project is speciaal voor **alleenstaande senioren** (65+) uit Son en Breugel. **Het doel is** om samen te werken aan veiligheid, gezelligheid en gezondheid.

Samen Veilig

De basis van het project is een kleine WhatsAppgroep met maximaal vier deelnemers. Iedere dag geeft u elkaar kort een seintje dat alles goed gaat. Reageert iemand niet, dan komt de groep in actie, bijvoorbeeld door iemand uit de omgeving te vragen even langs te gaan. Zo blijft u nooit onopgemerkt bij een ongeluk of incident.

Ook als u nog geen ervaring heeft met WhatsApp, krijgt u begeleiding. Veel deelnemers ervaren hierdoor meer veiligheid én verbondenheid.

Een deelnemster vertelt:

“Het geeft een geruststellend gevoel dat we op elkaar letten en er voor elkaar zijn. Het is ook erg gezellig en ik zou het anderen zeker aanraden.”

Samen Fit – valpreventie en beweging

Naast de WhatsAppgroepen organiseren we acht groepstrainingen.

In deze lessen:

- oefent u balans, coördinatie en spierkracht;
- krijgt u kennis en tips over valpreventie;
- beweegt u op een manier die aansluit bij uw mogelijkheden.

Dit helpt om vallen te voorkomen en geeft meer zelfvertrouwen en zelfstandigheid. Na afloop drinken we samen gezellig koffie.

Deelname en aanmelden

Dankzij steun van de gemeente Son en Breugel is **deelname aan dit project gratis**. Denkt u dat dit project bij u past, dan bent u van harte welkom om mee te doen. Kent u iemand voor wie dit interessant kan zijn? Dan is het fijn als u deze informatie doorgeeft of hem/haar laat contact opnemen.

samenfitenveilig@gmail.com

06-81135691 (Els van Schijndel, projectleider)

Extra: informatiebijeenkomst

Wilt u eerst meer horen? Kom dan naar de informatiebijeenkomst:

Dinsdag 7 oktober, 14.00 – 15.00 uur.

Het Dommelhuis, Son en Breugel
Aanmelden voor de bijeenkomst is **niet nodig**.





Rijbewijskeuringen CBR in Son en Breugel

Een medische keuring voor het verlengen van uw rijbewijs is nodig wanneer u 75 jaar of ouder bent.

Automobilisten kunnen zich via RegelZorg Rijbewijskeuringen bij Buurtcentrum Braecklant op maandag 20 oktober, 17 november en 15 december medisch laten keuren voor de verlenging van hun rijbewijs. *Hiervoor moet u een afspraak maken.*

Automobilisten van 75 jaar en ouder betalen € 58,00
Voor houders van rijbewijs C/D/E tot 75 jaar is de prijs € 65,00

Afspraak maken

Een afspraak voor het spreekuur kunt u uitsluitend maken via RegelZorg.

Ga dan naar **www.regelzorg.nl**

of tijdens kantooruren via de afsprakenlijn: 088-23 23 300.

Voor het laten invullen van een rapport oogarts gaat u naar www.regelzorg.nl/oogarts

De Procedure

Houd zelf de einddatum van uw rijbewijs in de gaten en begin 4 maanden voor deze datum met het verlengen van uw rijbewijs.

De eerste stap is het kopen en invullen van een Gezondheidsverklaring. Dat kan online op mijn cbr.nl, via DigiD met SMS- of App-verificatie. Een papieren

Gezondheidsverklaring kunt u kopen bij de gemeenten (het is verstandig om dus eerst even contact te leggen met de gemeente) **of bij het CBR.**

Deze vragenlijst over uw eigen gezondheid moet u eerst zelf invullen en opsturen naar het CBR. Als antwoord krijgt u van het CBR een verwijzing (soms meerdere verwijzingen) met bijbehorende ZD-codes die de keuringsarts online moet invullen. **Op dát moment kunt u pas een afspraak maken voor de keuring.**

De artsen waar RegelZorg mee samenwerkt, zijn aangesloten bij Zorg Domein. Zij vullen de verwijzing (en) digitaal voor u in en versturen deze direct naar het CBR. Meer informatie over de procedure leest u op de website van RegelZorg.

Senioren Vitaal Son en Breugel

is partner van de VriendenLoterij

Onze vereniging is al enige jaren een zogeheten partner van de VriendenLoterij. Daarmee staat onze vereniging bij de VriendenLoterij bekend als een 'goed doel'.

*Senioren Vitaal leden die meespelen met de VriendenLoterij kunnen Senioren Vitaal aanwijzen als hun 'goed doel'. **Voor ieder lot ontvangt Senioren Vitaal € 6,51 per maand! Op deze manier hebben we van de VriendenLoterij vorig jaar € 57,50 en dit jaar al € 135,88 ontvangen!***

Daarmee kunnen we voor onze leden leuke dingen blijven doen.

Wil je ook hieraan meedoen?

*Je kunt de Ledenservice van de VriendenLoterij bellen. Telefoon **088 – 020 1020**. Via keuzeknop 5 krijg je een medewerker aan de lijn, aan wie je aan kunt geven dat je Senioren Vitaal wil koppelen aan jouw lot of loten. **Daar zijn géén bijkomende kosten aan verbonden.** Ze vragen naar **de code van Senioren Vitaal, die code is 21538.***

Ook familieleden en bekenden die al meespelen, kunnen op deze manier meedoen om onze vereniging, zonder dat het hen iets kost, te steunen.

Een telefoontje is voldoende!

Het bestuur van Senioren Vitaal.



Activiteiten in de maand oktober

Vaste activiteiten

- Jeu de boules:** ledere maandag- en vrijdagmiddag van 13.15 - 15.30 u.
bij de Boerderij in Breugel
- Kaarten:** ledere dinsdagmiddag van 13.30 – 16.30 u. in Den Bauw.
Den Bauw, St. Genovevastraat in Breugel
- Biljarten:** ledere dinsdag- en donderdagmiddag van 13.00 – 17.00 u.
In De Bongerd
- Fietsclub 1:** **Woensdag 1 oktober.** Afsluiting fietsseizoen
Vertrek vanaf het P. Brueghelplein om 9.30 u.
Afstand ong. 25 / 30 km.
- Fietsclub 2:** **Dinsdag 14 en 28 oktober.**
Vertrek vanaf het Kerkplein in Son om 9.30 u.
Afstand ong. 25 / 30 km.
- Samen eten:** **De Smickel in Breugel.**
Woensdag 15 oktober om 17.00 u.
Aanmelden / afmelden bij Ties Smetsers, 0499 47 63 34

Woensdag 15 oktober: Optreden van 'De Grapjurk' in De Zwaan.
Aanvang: 14.00 u. - 16.00 u.
Entree € 7,50 inclusief koffie/thee en een drankje.
Aspirantleden: € 10,00

Donderdag 23 oktober: Start kegelseizoen.

Het **kegelen** starten we weer op in
oktober. Alle dagen zijn op
donderdag gepland.
Nadere informatie op blz. 4.



Woensdag 29 oktober organiseren wij een
halve dagreis naar Asten.
Voor het programma van deze
dag zie blz. 3.



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

Heeft u de machtiging al ingevuld en afgegeven?