

NIEUWE LEDEN

We verwelkomen de volgende nieuwe leden binnen onze afdeling:

mevr. Aukje van de Mortel – Boogaarts

dhr. Henk van de Mortel

mevr. Ellie van der Aa

mevr. Hennie van Gerwen

mevr. Anne van Melis

mevr. Annie Dankers-Heijmans

dhr. Cor Vogels



OVERLEDEN

dhr. Joris van Dijk

We condoleren familie en vrienden met dit verlies en wensen hen veel sterkte.



AGENDA

Voor de maand juni 2025

- 04-06 wo 10:30 koffieochtend bij de Keyser
- 05-06 do 14:00 Repair Café in de Ark
- 18-06 wo 08:00 dagreis Dendermonde
- 19-06 do 10:00 koffieochtend in de Ark
- 21-06 zat 10:00 Repair Café in de Ark
- 26-06 do 10:30 fietsen bij de Ark
- 26-06 do Samen uit eten

Voor de maand juli 2025

- 02-07 wo 10:30 koffieochtend bij de Keyser
- 03-07 do 14:00 Repair Café in de Ark
- 16-07 wo Beweeg vandaag voor morgen
- 17-07 do 10:00 koffieochtend in de Ark
- 19-07 za 10:00 Repair Café in de Ark
- 31-07 do Samen uit eten

WEKELIJKSE AKTIVITEITEN

In of start bij ' Huiskamer De Ark'

- Rikclub: woensdag 10:00 uur
- Handwerken woensdag 10:00 uur
- Rikclub: donderdag 10:00 uur
- Wandelen: dinsdag 9:30 uur
- Wandelen dinsdag 9:45 uur (korte route)

Wandelen vanuit HAC-kantine

- Wandelen woensdag 9:30 tot 11:00 voor geoefende wandelaars

In zalencentrum 'De Smed'

- Biljarten woensdag 9:00 uur
- Gym I woensdag 10:30 uur
- Gym II woensdag 11:30 uur
- Dansen donderdag 13:30 uur

In het 'Fanfaregebouw'

- Tai Chi maandag 10:00 uur en 11:00 uur
- Yoga les donderdag 10:15 uur tot 11:10 uur
- Tai Chi vrijdag 10:00 uur en 11:00 uur

STIPJES

- In de vakantiemaanden liggen sommige onderdelen stil. Informeer bij de coördinatoren of iets wel of niet doorgaat.
- Onze site moet nu weer goed bereikbaar zijn onder de nieuwe naam www.seniorenstiphoutwarande.nl. Zet de link bij favorieten of laat dat door iemand doen en u volgt ons voortaan op de voet
- Coördinator gymnastiek, Babs van de Kerkhof heeft haar telefoonnummer gewijzigd naar mobiel. Pas dit aan in het jaarboekje. **06-34 29 79 91**



Beweeg vandaag voor morgen Onze 55+ senioren gaan weer bewegen op 16 juli 2025

Afgelopen jaar werd het voor bijna 180 mensen een groot feest van bewegen op sportpark Molenvan. Een ontmoetingsfeest bovendien, wat te merken was op de afsluitende BBQ.

We zijn blij dat de vereniging Shaile zich bij ons heeft aangesloten.

Naast het aanbod van OldStars wandelen, OldStars fietsen, Jeu de Boules en Oud Hollandse spelen en het OldStars voetbal, wordt nu tennis en padel aan de disciplines toegevoegd.

Het gilde biedt naast de kennismaking ook de mogelijkheid om een schot te wagen op een denkbeeldige houten haan. Daarvoor heeft U wel een legitimatiebewijs nodig

De stuurgroep heeft weer alles in elkaar gezet voor een formidabele dag van bewegen en feesten. Naast je dagelijkse handelingen kun je als senior nu ook andere sporten beleven en kun je ook een keer voor een andere discipline dan je gewend bent kiezen. Wie weet bevalt de groep of de beweging zo goed dat je dat meer wil gaan doen. Schrijf je, eventueel met vrienden, in voor één van deze bewegingsvormen. Je hoeft geen ervaring te hebben, alles wordt op niveau aangepast, behalve de lange wandeltocht want die is wel voor ervaren wandelaars die meer dan een uur kunnen wandelen.

Door de inzet van de betreffende verenigingen, vrijwilligers en door ondersteuning van de gemeente Helmond, Helmonds Sportakkoord, de wijkraad en Aandacht voor Oude-

ren kunnen we wat moois realiseren.

We hebben hierdoor het inschrijfbedrag kunnen handhaven op €18,50 per persoon. Bij iedere activiteit starten we bij de inloop met koffie/thee en dikwijls een consumptie onderweg of na afloop en afsluitend de BBQ met de drankjes van 16:00 uur tot 18:00 uur **all-in**.

Iedere discipline heeft een teamleider ter plekke (met een lijst van alle ingeschreven mensen). Zoek die teamleider op en meldt U zich aan bij die persoon. Op het inschrijfformulier kiest U één discipline waaraan U graag wil meedoen. Ze staan op volgorde van het aanvangstijdstip.

Dit is dus het startmoment van de discipline en als u een koffie/thee vooraf wil hebben dan moet u dus ruim van te voren aanwezig zijn. Inlooptijd dus zelf bepalen.

St Antoniusgilde met mogelijkheid tot schieten.

Start 13:00 graag op tijd aanwezig vanwege de inschrijftijd. Legitimatiebewijs nodig.

Inloop vanaf 12:30 uur. (max. 30 personen)

Locatie: Gildehuis op het Molenvan.

Teamleider: de Gildebroeders

OldStars tennis /padel

Start 13:00 uur graag op tijd aanwezig voor indeling.

Inloop vanaf 12:30 uur.

Locatie: Shaile Goorloopweg 4

**Teamleiders: Michiel Hellendoorn
en Manfred van Moorsel**

Jeu de Boules

Start om 13:00 graag eerder aanwezig vanwege de inschrijftijd.

Inloop vanaf 12:30 uur. (max. 72 personen)

Locatie: Jeu de Boules club.

Teamleider: Nel Dammer-Lemmens

OldStars Fietsen in groepsverband

Start 13:00 op het Molenvan.

Inloop vanaf 12:30 uur.

Teamleider: Frans van der Horst

OldStars voetbal

Start 14:00 uur op het Molenvan.

Inloop vanaf 13:30 uur.

Teamleider: Willem-Jan Verkerk

Wandelen voor geoefende wandelaars

Start 14:30 uur in de HAC kantine.

Inloop vanaf 14:00 uur.

Locatie: HAC kantine op het Molenvan

Teamleider: Liesbeth Janssen-HAC

Wandelen met een korte route

Start 14:45 uur op het Molenvan.

Locatie: Kantine Stiphout-Vooruit Molenvan

Teamleider: Jan Vogels

Hollandse spellen/ Spellen/kaarten/praten/kijken/
vanaf 14:45 uur op sportpark Molenvan

Teamleiders: Will. Ederveen en Annelies Verhagen
Ondersteuning Freddie de Kimpe

Om alles goed te kunnen regelen graag inschrijven voor 6 juli.

Zie bijgevoegd inschrijfformulier.

Digitaal inschrijven: www.seniorenstiphoutwarande.nl

De jaarlijkse grote dagreis

Wegens bestellingen en organisatie dient u in te schrijven voor 29 mei.

Onze jaarlijkse grote dagreis gaat dit jaar naar België en wel naar Dendermonde. Dus meteen inschrijven als u met dit geweldig uitstapje meewilt.

De korte dagreis

Voor **dinsdag 16 september** hebben wij weer een halve dagreis georganiseerd.

Thema voor deze dag is : *"Help, de dokter vertelt"*

Wij gaan per luxe touringcar naar het Hilvarenbeeks Museum over de dorpsdokter van vroeger. We gaan terug de tijd met een dokterspraktijk vol boren, zagen, klemmen en zelfs bloedzuigers. Voor velen een herkenning van de gezondheidszorg van vroeger.



Ook ontbreekt een ouderwetse apotheek, een fysioafdeling vol prothesen en de spullen van een vroedvrouw en tandarts niet.

U wordt ontvangen met een kopje koffie/thee met vlaai en volgt een voordracht:

"help, de dokter vertelt" met hilarische en huiveringwekkende verhalen van dokters en hun patiënten.

Natuurlijk kunt u rondkijken in het museum en een wandeling maken in de prachtige kruidentuin, gelegen aan de gerestaureerde Bergmolen

Wij verlaten Hilvarenbeek en gaan een prachtige rondrit maken door de omgeving en sluiten deze middag af met een heerlijk diner.

Wij vertrekken om 12:30 uur bij de Trudokerk en zijn rond 20.00 uur weer terug aldaar.

De kosten bedragen € 60,- tot € 70,- pp afhankelijk van het aantal inschrijvingen.

Graag bij inschrijving eventuele dieetwensen doorgeven bij opmerkingen op het inschrijfformulier.

Een voorimpressie op:

www.brabantserfgoed.nl/page/4886/museum-de-dorpsdokter

(Zie bijgevoegd inschrijfformulier.)

Digitaal inschrijven: www.seniorenstiphoutwarande.nl

Beweeg vandaag voor morgen

Vakantie duurt bij ons een jaar

En daarin schuilt een klein gevaar

Je energie gaat op vakantie

Gezondheid niet langer een garantie

Zitten en wachten een vast ritueel

En bewegen heel vlug een beetje teveel

Dus senior of misschien onderweg

Beweeg vandaag heb geen overleg

OldStars schrijf je meteen voor iets in

Gezellig, noodzaak een bewegend begin

De ontmoeting en het genieten erna

De BBQ een drankje of desnoods een Spa

De prestatie gering is enkel het doen

En dan is ieder voor mij kampioen

FvdK

NIEUWE LEDEN

We verwelkomen de volgende nieuwe leden binnen onze afdeling:

mevr. Bea van der Linden

mevr. Mieke Zonjee

dhr. Anthony Weenink



OVERLEDEN

mevr. Ans Spaapen

mevr. Bep van Rijt



We condoleren familie en vrienden met dit verlies en wensen hen veel sterkte.

AGENDA

Voor de maand mei 2025

- 01-05 do 14:00 Repair Café in de Ark
- 07-05 wo 10:30 koffieochtend bij de Keyser
- 12-05 ma meerdaagse reis Ootmarsum
- 13-05 di 14:00 kienen in de Ark
- 15-05 do 10:30 fietsen bij de Ark
- 15-05 do 10:00 koffieochtend in de Ark
- 17-05 za 10:00 Repair Café in de Ark
- 20-05 di 10:30 Happen en Stappen
- 25-05-zo 13:30 film in de cacaofabriek
- 29-05 do Samen uit eten

Voor de maand juni 2025

- 04-06 wo 10:30 koffieochtend bij de Keyser
- 05-06 do 14:00 Repair Café in de Ark
- 10-06 di 14:00 kienen in de Ark
- 18-06 wo 08:00 dagreis Dendermonde
- 19-06 do 10:00 koffieochtend in de Ark
- 21-06 zat 10:00 Repair Café in de Ark
- 26-06 do 10:30 fietsen bij de Ark
- 26-06 do Samen uit eten

WEKELIJKSE AKTIVITEITEN

In of start bij ' Huiskamer De Ark'

- Rikclub: woensdag 10:00 uur
- Handwerken woensdag 10:00 uur
- Rikclub: donderdag 10:00 uur
- Wandelen: dinsdag 9:30 uur
- Wandelen dinsdag 9:45 uur (korte route)

Wandelen vanuit HAC-kantine

- Wandelen woensdag 9:30 tot 11:00 voor geoefende wandelaars

In zalencentrum 'De Smed'

- Biljarten woensdag 9:00 uur
- Gym I woensdag 10:30 uur
- Gym II woensdag 11:30 uur

- Dansen donderdag 13:30 uur
In het 'Fanfaregebouw'

- Tai Chi maandag 10:00 uur en 11:00 uur
- Yoga les donderdag 10:15 uur tot 11:10 uur
- Tai Chi vrijdag 10:00 uur en 11:00 uur

STIPJES

- De groep handwerken op woensdag kan weer nieuwe enthousiaste leden gebruiken en u kunt gerust een keertje aansluiten om de sfeer te proeven. U bent daar van harte welkom.
- Onze site moet nu weer goed bereikbaar zijn onder de nieuwe naam www.seniorenstiphoutwarande.nl. Zet de link bij favorieten of laat dat door iemand doen en u volgt ons voortaan op de voet

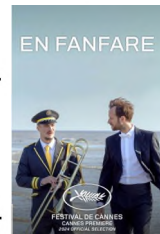
WEER NAAR DE FILM

Ja, het is weer zover! Er staat weer een volgende film op stapel. Op 25 mei ontvang ik u graag in de Cacaofabriek voor de film "En Fanfare".

De feelgood-film *En Fanfare* is zowel hartverwarmend als hartverscheurend en een groot bioscoopsucces in Frankrijk en België. De film laat zien hoe muziek mensen verbindt en hoe onwaarschijnlijke familiebanden kunnen leiden tot oprechte vriendschappen.

Thibaut (Benjamin Lavernhe) is een succesvol dirigent, Jimmy (Pierre Lottin) speelt bij de plaatselijke fanfare. Ze zijn broers, maar weten niet van elkaars bestaan. Tot Thibaut een beenmergdonor zoekt. En vindt. Door adoptie zijn hun levens totaal verschillend verlopen, maar hun liefde voor muziek brengt ze nader tot elkaar. Wanneer Thibaut het muzikale talent van Jimmy ontdekt, blijken de broers meer met elkaar gemeen te hebben dan gedacht.

En Fanfare ging op het Filmfestival van Cannes in wereldpremière en groeide uit tot publieksfavoriet. Van het Filmfestival van San Sebastián tot Film by the Sea in Vlissingen: *En Fanfare* won publieksprijzen op festivals wereldwijd.



Ontvangst om 13:30 uur met koffie/thee en een chocolaatje, de aanvang van de film is 14:00 uur en duurt 103 minuten en na afloop wordt wederom de mogelijkheid geboden om (voor eigen rekening) nog een drankje te nemen.

Voor totaal slechts €11,00 voor film en koffie/thee met chocolaatje of koekje.

Zie bijgevoegd inschrijfformulier.

Digitaal inschrijven: www.seniorenstiphoutwarande.nl

HAPPEN EN STAPPEN

Op dinsdag 20 mei vindt de 5e editie plaats van Happen en stappen.

Het is een heel gezellig en gezond dagje uit voor wandelaars die niet bang zijn om ongeveer 12 kilometer te lopen.

Het programma ziet er als volgt uit.

Tussen 10.30 en 11.00 uur verzamelen in 'De Ark'.

Daar krijgt u een kopje koffie/thee aangeboden.

Om 11.00 vertrekken we via een mooie route naar een pauzeplek in Helmond-West. Rond 12:15 worden wij daar verwacht en krijgen we koffie/thee en broodjes aangeboden. Uitgerust en gesterkt keren we via een andere weg terug met nog eenmaal een onderbreking op een terras. Daar nemen we (op eigen kosten) een drankje, zodat we vervolgens het laatste stukje moeiteloos kunnen afleggen. We zijn dan rond 15:00/15:30 uur weer terug bij 'De Ark'. U kunt zich via het bijgesloten formulier aanmelden. De kosten bedragen € 2,50

(Zie bijgevoegd inschrijfformulier.)

Digitaal inschrijven: www.seniorenstiphoutwarande.nl

WE KUNNEN 3X OP REIS

De meerdaagse reis

gaat door met ruim 30 personen van 12 mei tot en met 16 mei.

Bekijk op de website het totale programma van dag tot dag. Staat bij het inschrijfformulier. Al ingeschreven personen krijgen persoonlijk bericht. De prijs van deze reis is €491,50, alles inbegrepen, behalve uw persoonlijke uitgaven.

Toeslag eenpersoonskamer €40, een persoon in een tweepersoonskamer €80.

De aanbetaling bedraagt €100 p.p. en wordt eind april/begin mei door de penningmeester van uw rekening afgeschreven. Eindafrekening in hotel.

Wij wensen de deelnemers een prachtige reis en een fantastisch verblijf in Ootmarsum.



De jaarlijkse grote dagreis

Wegens bestellingen en organisatie dient u in te schrijven voor 29 mei.

Onze jaarlijkse grote dagreis gaat dit jaar naar België en wel naar Dendermonde, een historische stad tussen Antwerpen en Gent. De stad staat ook wel bekend als de Ros Beiaardstad. De Ros Beiaardommegang staat op de Unesco-lijst. De sage van het heldhaftige Ros Beiaard wordt eens in de 10 jaar heel groots gevierd. Om het Ros Beiaard te berijden worden 4 opeenvolgende broers gekozen, tussen de 7 en 21 jaar, geboren en getogen in Dendermonde.



Op woensdag 18 juni 2025 om 08:00 uur is het verzamelen voor de Trudokerk en klokslag 08:30 uur vertrekken de bussen richting het land van onze zuiderburen. Via Antwerpen zullen we rond 11:00 uur in de Ros Beiaardstad aankomen. Na deze busrit is dus even de benen strekken, via de Vlasmakkt of de Grote Markt, staan we ineens in het hart van de stad met het stadhuis als markant middelpunt. De koffie/thee met koffiekoek zal zeer welkom zijn.

Meerdere gidsen zullen onze meenemen door de stad met een combinatie van diverse historische hoogtepunten in het centrum met cultuur en natuur, zoals het Stadhuis, het Vleeshuis, Onze-Lieve-Vrouwekerk en het Alexiusbegijnhof.

Om 13:00 uur worden we getrakteerd op een middagmaaltijd met een keuze uit de volgende menu's:

- vismenu: seizoenssoep, tongrolletjes in witte wijnsaus met puree.
- vleesmenu: seizoenssoep, kip estragon met puree.
- vegetarisch alternatief: wordt samengesteld op basis van de voedselallergieën.

Tijdens de middagmaaltijd een consumptie en tot slot koffie of thee.

Na dit middagmaal gaan we verder met het programma en worden de groepen gewisseld. Ook nu weer kunnen we genieten van de rijke geschiedenis van deze stad aan de Dender.

Na al deze indrukken kunt u op het terras of binnen genieten van het "vieruurtje" met een keuze uit koffie of thee met taart. Om 17:00 is het verzamelen voor onze terugreis en vertrekken we om 17:30 uur uit deze bijzondere Vlaamse stad. Rond de klok van 20:00 uur zetten wij u weer veilig af bij de Trudokerk in Stiphout.

Als u wat wil rondneuzen in Dendermonde of de plattegrond bekijken enz.. Ga dan naar de site:

www.toerismedendermonde.be

De korte dagreis

Voor **dinsdag 16 september** hebben wij weer een halve dagreis georganiseerd.

Thema voor deze dag is : "Help, de dokter vertelt"

Wij gaan per luxe touringcar naar het Hilvarenbeeks Museum over de dorpsdokter van vroeger. We gaan terug de tijd met een dokterspraktijk vol boren, zagen, klemmen en zelfs bloedzuigers. Voor velen een herkenning van de gezondheidszorg van vroeger.



Ook ontbreekt een ouderwetse apotheek, een fysioafdeling vol prothesen en de spullen van een vroedvrouw en tandarts niet.

U wordt ontvangen met een kopje koffie/thee met vlaai en volgt een voordracht:

" help, de dokter vertelt" met hilarische en huiveringwekkende verhalen van dokters en hun patiënten.

Natuurlijk kunt u rondkijken in het museum en een wandeling maken in de prachtige kruidentuin, gelegen aan de gerestaureerde Bergmolen

Wij verlaten Hilvarenbeek en gaan een prachtige rondrit maken door de omgeving en sluiten deze middag af met een heerlijk diner.

Wij vertrekken om 12:30 uur bij de Trudokerk en zijn rond 20.00 uur weer terug aldaar.

De kosten bedragen € 60,- tot € 70,- pp afhankelijk van het aantal inschrijvingen.

Graag bij inschrijving eventuele dieetwensen doorgeven bij opmerkingen op het inschrijfformulier.

Een voorimpressie op:

www.brabantserfgoed.nl/page/4886/museum-de-dorpsdokter

Voor alle drie de reizen kun je inschrijven op:

(Zie bijgevoegd inschrijfformulier.)

Digitaal inschrijven: www.seniorenstiphoutwarande.nl