

NIEUWE LEDEN

We verwelkomen de volgende nieuwe leden binnen onze afdeling:

mevr. Ank Kessels-van den Born

mevr. Willeke Wouters

dhr. Michaël van Lith

dhr. Theo van den Akker

mevr. Riet van Driel-Horsten

mevr. Ans Driessen-v.d. Munckhof

mevr. Franca van Toorn-Schoots



OVERLEDEN

mevr. Jet Hendrixx

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



AGENDA

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



Voor de maand augustus 2025

- 06-08 wo 10:30 koffieochtend bij de Keyser
- 11-08 ma 13:30 workshop schilderen
- 21-08 do 10:00 koffieochtend in de Ark
- 21-08 do 10:30 fietsen bij de Ark
- 28-08 do Samen uit eten

Voor de maand september 2025

- 03-09 wo 10:30 koffieochtend bij de Keyser
- 04-09 do 14:00 Repair Café in de Ark
- 09-09 di 14:00 kienen
- 16-09 di 12:30 korte dagreis
- 17-09 wo Jeu de Boules toernooi
- 18-09 do 10:30 fietsen bij de Ark
- 20-09 za 10:00 Repair Café in de Ark
- 25-09 do Samen uit eten
- 28-09 zon 13:30 film in de Cacaofabriek

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

JULI EN AUGUSTUS VAKANTIETIJD?

De scholen gaan dicht, winkels sluiten, clubs en verenigingen hebben zomerpauze, veel mensen gaan op vakantie en juist daarom is samen met Annette Langewouters en met medewerking van de Ark een aantal activiteiten op touw gezet voor de thuisblijvers.

- 15-07 di 14:00 uur kienen in de Ark €3,50
- 17-07 do 14:00 uur koffie/gebak/sjoelen enz. €2,50
- 29-07 di 14:00 uur wandeling met stop ijsalon €5,-
- 05-08 di 12:30 uur lunch in de Ark €10,-
- 12-08 di 14:00 uur huifkarrentocht
- 14-08 do 17:00 chinees buffet in de Ark €15,- (minimaal 20 maximaal 35 personen)

Zie bijgevoegd inschrijfformulier.

Digitaal inschrijven: www.seniorenstiphoutwarande.nl

STIPJES

- In de vakantiemaanden liggen sommige onderdelen stil. Informeer bij de coördinatoren of iets wel of niet doorgaat.
- Er is weer plek voor de dru-yoga liefhebbers. Een laagdrempelige manier van yoga gericht op senioren. Informatie bij de coördinator.
Henny van de Kimmenade 06 505 206 33

MEERDAAGSE REIS NAAR OOTMARSUM

Mij is gevraagd of ik een stukje wilde schrijven over de vakantiereis naar Ootmarsum.

Om 9 uur zouden we vertrekken maar de bus naar ons toe stond in de file. Gelukkig had onze engelbevaarder Annet Langewouters koffie/thee gezet voor ons allen wat de wachttijd een stuk aangenamer maakte.

Het gehele verslag is te lezen op onze website: www.seniorenstiphoutwarande.nl

Heeft U als medereiziger nog foto's om bij dit verslag te

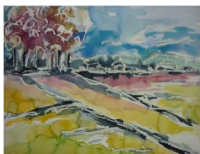


plaatsen dan graag sturen naar het e-mailadres:
info@senioren-stiphout-warande.nl
en dan worden die toegevoegd.

WORKSHOP LANDSCHAP

Senioren Stiphout-Warande in Atelier Overhorst (minimaal 5 personen)

In overleg met de Activiteitencommissie gaat lerares en kunstenares Astrid Biemans met veel enthousiasme weer een workshop aanbieden op maandag 11 augustus. Inschrijven voor 5 augustus. Workshop Gemengde techniek: aquarelverf en kaarsvet / **thema landschap.**



De werkwijze is als volgt.

We gaan een landschap tekenen met potlood. Daarna gaan we de potloodlijnen overtrekken met kaarsvet. Zijn we hiermee klaar, dan gaan we met aquarelverf verder. Iedereen kan meedoen, je wordt stap voor stap begeleid door Astrid.

We maken er een gezellige middag van. We starten om 13.30 u en eindigen om 16.00 u.

De bijdrage per lid is € 7- voor de workshop, dit is inclusief gebruik van materialen en koffie/thee. Er is plaats voor maximaal 10 personen.

Voor meer informatie zie de site www.atelier-overhorst.nl
Zie bijgevoegd inschrijfformulier.

Digitaal inschrijven: www.seniorenstiphoutwarande.nl

Docent: Astrid Biemans tel: 0492-52 54 51



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

Graag inschrijven voor 9 juli vanwege bestellingen.
Spreek met een groepje af desnoods, ze hoeven geen lid te zijn hoor, het is voor iedereen van 50 en ouder.

St Antoniusgilde met mogelijkheid tot schieten.

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

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

Locatie: Jeu de Boules club.

Teamleider: Nel Dammer-Lemmens

info Senioren Stiphout-Warande nr.7/8 juli

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 13:45 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

Zie bijgevoegd inschrijfformulier.

Digitaal inschrijven: www.seniorenstiphoutwarande.nl

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 in 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 fysio-afdeling 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

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