



Seniorenbelang Uden

Actueel

Voorwoord

Het is weer de tijd van het jaar. Tijd voor bezinning. Tijd voor familie, lieve vrienden en burens. Tijd om ook aandacht te besteden aan die mensen, die eenzaam en alleen zijn tijdens de komende feestdagen. In deze feestelijke tijd van het jaar, laten we niet vergeten om liefde en vreugde te delen, want sommige harten hebben misschien extra behoefte aan warmte om de eenzaamheid te verdrijven. Seniorenbelang Uden gaat ook in het nieuwe jaar ervoor zorgen dat mensen elkaar kunnen ontmoeten en plezier kunnen beleven aan onze activiteiten, reizen, dagtochten, etentjes en educatieve bijeenkomsten. Ook zullen we meer aandacht gaan besteden aan belangenbehartiging. Wij hopen, dat we ook komend jaar weer vele nieuwe leden kunnen verwelkomen. Wij willen het aanbod van activiteiten uitbreiden met nieuwe activiteiten, die interessant zijn voor met name de jonge senioren (medioren). Ook gaan we bijeenkomsten organiseren, die voor alle senioren interessant zullen zijn. Kortom, het bestuur staat te popelen om in 2025 van Seniorenbelang Uden een bruisende vereniging te maken waar je als senior bij wil horen. Het bestuur wenst de leden van Seniorenbelang Uden en hun geliefden fijne feestdagen en een goed begin van het nieuwe jaar 2025.

Het bestuur.

Mededelingen van de Evenementencommissie:

Tot onze grote spijt is de **dagtocht** naar Christmas World in Duiven niet doorgegaan. Er waren te weinig inschrijvingen.

Denkt u er aan: deelnemers voor de dagtocht **Holiday on Ice** op 4 januari: graag uiterlijk om 12.15 aanwezig bij de opstapplaats.

De **voorjaarsreis** naar het Eertsgebergte in Duitsland (18 t/m 25 mei) is bijna volgeboekt. Er zijn nog 3 1-persoons- en 1 2-persoonskamer beschikbaar. Inschrijven kan t/m 31 januari. Voor meer informatie kunt u mij bellen.

De evenementencommissie (06-44402599)

NIEUWJAARS RECEPTIE 8 JANUARI

Hierbij nodigen wij al onze leden uit voor onze nieuwjaars receptie. Zoals gebruikelijk doen wij dit samen met het bestuur van Eigen Herd.

Van 14.00 uur tot 17.00 uur geven wij iedereen graag de gelegenheid ons en elkaar een goed 2025 toe te wensen.

Wij zien u allen graag in Eigen Herd,
Rooijsestraat 32 in Uden!

Bestuur Seniorenbelang Uden

Januari 2025

- ⇒ Voorwoord
- ⇒ Nieuwjaars receptie
- ⇒ Kerstviering
- ⇒ Musical Moulin Rouge
- ⇒ Cognitieve Fitness
- ⇒ Leden boven de 80
- ⇒ Oproep helpers
- ⇒ Bijeenkomst nieuwe leden
- ⇒ Contributie 2025
- ⇒ Voordeel zorgverzekeringen
- ⇒ Tai Chi
- ⇒ Kunst & Cultuur

Interim bestuur

- ◆ Voorzitter: Jan Loonen
Tel: 06-50297988
- ◆ Secretaris: Julia Timmers
Tel: 0413-266583
- ◆ Penningmeester:
Marloes van der Locht
Tel: 06-57530836
- ◆ Evenementen:
Wim Uijtdewilligen
Tel: 06-44402599
- ◆ Belangenbehartiging:
Diny Rooijackers
Tel: 06-35649499
- ◆ PR/voorlichting:
JanWillem Brons
Tel: 06-53459977

Ledenadministratie:

John Bongers Tel: 0413-270802

KERSTVIERING : " ER WAS GEEN PLAATS VOOR HEN"

Met dit thema als achtergrond wordt op woensdag 18 december om 15.00 uur in gebouw Eigen Herd aan de Rooijsestraat 32 in Uden een Kerstviering gehouden van Seniorenbelang Uden. Tijdens deze viering kunt U luisteren naar en meezingen met Christelijke Kerstliederen, worden er verhalen en gedichten voorgedragen en is er een overdenking door pastoor van der Laar.

Zoals ieder jaar wordt er een inzameling gehouden voor een goed doel. Ditmaal hebben wij gekozen voor de bewoners van het AZC in Uden. Is er bij ons wel plaats voor hen? Willen wij hen ook laten delen in het gevoel van warmte, veiligheid, liefde en bovenal vrede? Veel van de tijdelijke bewoners van het AZC zijn uit angst voor geweld gevlucht, een aantal wordt bedreigd als huursoldaat te worden geronseld. Anderen hing de doodstraf boven het hoofd omdat ze Christen (geworden) zijn en weer anderen voelden zich simpelweg zo onveilig door alle geweld, dat ze met gevaar voor eigen leven soms in de meest erbarmelijke omstandigheden hebben gereisd voor ze hier waren. Iedere vluchteling heeft zijn of haar eigen bijzondere verhaal.

Voor al deze mensen willen we iets doen. Al is het maar wat mooie Kerstversieringen in het gebouw. Al is het maar een kleine traktatie of een klein presentje. In ieder geval willen we met de opbrengst van de inzameling de mensen in het AZC het gevoel geven, dat het ook voor hen bijzondere dagen zijn, dat er aan hen gedacht wordt, kortom, dat ze bij onze gemeenschap horen. Het licht van Kerstmis is er ook voor hen. Tijdens deze viering zal een van de leidinggevenden van het AZC een korte uitleg geven over hoe het er allemaal aan toe gaat. We hopen dan ook op een grote opkomst bij deze viering. Iedereen is van harte welkom.

Kerstcommissie Seniorenbelang Uden



DAGTOCHT MUSICAL 'MOULIN ROUGE' in UTRECHT op 29 maart

U hebt ongetwijfeld de promotiefilmpjes al op de TV gezien. En nu kun t u de gehele musical in werkelijkheid bekijken. De evenementencommissie heeft i.s.m. Brabant Expres Reizen 1^e rangs kaarten weten te reserveren voor deze fantastische en spectaculaire musical.

Moulin Rouge heeft een speelduur van ongeveer 2 uur 45 minuten (incl. pauze). De musical brengt de magie van het legendarische cabaret tot leven met een getalenteerde cast met ervaren musicalartiesten, die prachtige zang - en dansnummers laten zien en horen. Ze worden daarbij ondersteund door een ensemble, dat de levendige sfeer van het Parijs van de 19^e eeuw perfect weet vast te leggen. Een onvergetelijke ervaring. Na het bezoek aan deze musical, die gespeeld wordt in het Beatrix Theater in Utrecht gaan we samen nog genieten van een heerlijk 3-gangendiner.

Ons bezoek vindt plaats op **zaterdag 29 maart 2025**. Vertrektijd in Uden: **12.30 uur**. We verwachten 's avonds rond 21.30 uur weer in Uden terug te zijn. Het minimale aantal deelnemers bedraagt 46. Het maximum aantal is 80.

De prijs voor deelname aan deze dag bedraagt: **€ 159,00** (excl. drankjes bij het diner)

U kunt inschrijven tot en met 31 januari 2025. LET OP: na sluiting van inschrijving is annuleren NIET meer MOGELIJK!! Automatische afschrijving van de kosten uiterlijk 10 februari.



INSCHRIJVEN: Vanaf het moment van het verschijnen van deze Actueel kunt u inschrijven via de website: www.seniorenbelang-uden. U gaat dan naar het kopje: EVENEMENTEN: [daar vindt u het inschrijfformulier](#). [U vult in, drukt op de knop VERSTUREN en.... Klaar. Let op: u moet direct daarna op het scherm de volgende mededeling krijgen: Bedankt voor je inschrijving. Hij is goed ontvangen en wij zullen de aanvraag in behandeling nemen. Ziet u dit niet: klik dan nogmaals op VERSTUREN!](#)

Ook kunt u [inschrijven per formulier](#). Deze liggen in Eigen Herd. Graag a.u.b. het formulier **volledig invullen en ondertekenen**. Daarna deponeren in de brievenbus van Seniorenbelang Uden, buiten bij de ingang.

De evenementencommissie.

Cognitieve Fitness

In oktober is de eerste groep Cognitieve Fitness gestart. Uiteindelijk was er een groep van 6 dames die wekelijks bij elkaar kwam. De opbouw van Cognitieve fitness bestaat uit inspanning, uitdaging en ontspanning. De opbouw van de lessen was als volgt. Een wandeling van ongeveer 40 minuten werd afgewisseld met de uitdagende cognitieve oefeningen. De oefeningen zijn bevorderend voor concentratie, geheugen, reactievermogen en inhibitie. Hierna werd er binnen nog wekelijks een thema besproken tijdens het nuttigen van een kopje koffie/thee. De sessie werd afgesloten met een ontspanningsoefening. Bij de 10^e bijeenkomst mochten de deelnemers genieten van een door Julia aangeboden ontspannen Econidra sessie.

Tijdens de 10^e sessie werd ook een evaluatie gemaakt van de verwachtingen van de deelnemers en eventuele op- of aanmerkingen. Over het algemeen hadden de deelnemers graag wat langer de Cognitieve oefeningen gedaan. Dit wordt meegenomen voor de volgende bijeenkomsten. Verder waren de meeste deelnemers aangenaam verrast door het snelle gevoel van zich thuis voelen bij een groep van fijne mensen. Ook werd aangegeven dat de geleverde informatie interessant was en dat ze daar thuis ook iets mee kunnen, waardoor er ook positieve veranderingen zijn ontstaan.

Uitnodiging voor leden die boven de 80 zijn!

Seniorenbelang Uden organiseert een gezellige bijeenkomst voor u op 22 januari 2025. Dit is nog vanuit het nieuwe initiatief in 2024 om 2 bijeenkomsten te organiseren voor mensen die in dat jaar 80 zouden worden. De eerste bijeenkomst is in juni geweest. De tweede bijeenkomst, die in november plaats zou vinden, is door omstandigheden verzet naar januari 2025. Deze bijeenkomst is met name bedoeld voor de leden die in de periode 1 juli 2024 en 31 december 2024 80 jaar zijn geworden. We nodigen hen, eventueel met introduc , van harte uit om aanwezig te zijn. Maar....ook andere 80-plussers, eventueel met introduc , zijn welkom. Op deze dag kunnen leden elkaar ontmoeten onder het genot van een kopje koffie/thee en iets lekkers. De bijeenkomst wordt opgeluisterd met muziek en de presentatie "Herinnert u zich deze nog?".

Onze Vrijwillig Ouderen Adviseurs (VOA's) en Cli ntondersteuners(CO's) zullen aanwezig zijn om de 80-jarigen te feliciteren en eventueel vragen van leden te beantwoorden. Indien gewenst kunt u met hen een afspraak maken voor een later tijdstip.

Programma 22 januari 2025

| | |
|----------------------|--|
| 13.30 uur – 14.00uur | Binnenkomst |
| 14.00uur | Welkomstwoord |
| 14.30uur | Presentatie herinneringen aan de jaren 60 - 70 |
| 15.30uur | Samenstelling en luisteren naar de top 10 van de sixties |
| 16.00uur | Afsluiting |

Tussendoor is er gelegenheid te praten met andere leden en leden van de Belangenbehartiging (VOA's en CO's). De bijeenkomst wordt gehouden in Eigen Herd.

We hopen dat u met enthousiasme uitkijkt naar deze middag. Wij kijken er naar uit om deze groep leden en hun introduc s te verwelkomen en samen een gezellige middag te beleven.

Tot ziens op onze bijeenkomst.

Vrijwillig Ouderen Adviseurs en Cli ntondersteuners

Aanmelden:

U kunt zich inschrijven voor de middag op 22 januari 2025 op 2 manieren: Via onderstaand formulier. U kunt dit ingevuld in de brievenbus van Seniorenbelang Uden deponeren (Eigen Herd) of U schrijft zich in via een email naar: clientondersteuning@seniorenbelang-uden.nl

-----Aanmeldingsformulier-----

Ik heb belangstelling voor de gezellige bijeenkomst op 22 januari 2025.
Ik kom alleen/Ik kom met introduc  (doorstrepen wat niet van toepassing is)

Naam:

Geboortedatum:

OPROEP VOOR LEDEN DIE HET BESTUUR WILLEN ONDERSTEUNEN

Seniorenbelang Uden is op zoek naar gemotiveerde vrijwilligers die een waardevolle bijdrage willen leveren aan hun bestuur. Hier is een overzicht van de twee functies die ingevuld moeten worden:

1. Bestuurslid Activiteiten

• Verantwoordelijkheden:

- o Optreden als aanspreekpunt voor bestaande activiteiten.
- o Creatief meedenken en ontwikkelen van nieuwe activiteiten die aansluiten bij de behoeften van senioren.

Gevraagde eigenschappen:

- o Enthousiasme voor het organiseren van activiteiten.
- o Goede communicatieve en organisatorische vaardigheden.

Affiniteit met de doelgroep (senioren).

2. Ondersteunende functies

• Mogelijke taken:

- o **Secretariaat:** Helpen met administratieve werkzaamheden zoals agenda's en notulen.
- o **Penningmeester:** Assisteren bij financiële administratie of begrotingen.
- o **Reizen en evenementen:** Organiseren van uitstap-

jes, reizen en bijeenkomsten.

- o **PR en Educatie/Voorlichting:** Zorgen voor goede communicatie naar leden en het organiseren van informatieve bijeenkomsten.

Gevraagde eigenschappen:

- o Betrokkenheid bij de missie van Seniorenbelang Uden.
- o Praktische aanpak en een goede samenwerking met andere bestuursleden.

Specifieke vaardigheden afhankelijk van de gekozen ondersteuningstaak.

Interesse?

Neem contact op met Seniorenbelang Uden om meer informatie te krijgen over deze functies of om je aan te melden. Een bijdrage leveren aan dit bestuur biedt niet alleen een zinvolle invulling van je tijd, maar ook de kans om een positieve impact te maken op het leven van senioren in Uden.

Meer informatie?

Kijk op www.seniorenbelang-uden.nl of neem contact op met Jan Loonen, telefoon 06-50297988 of mail naar voorzitter@seniorenbelang-uden.nl

Bestuur Seniorenbelang Uden nodigt nieuwe leden uit.

(Betreft leden die in 2024 lid zijn geworden)

Het is een jaar geleden, dat we nieuwe leden in de gelegenheid hebben gesteld om kennis te maken met onze mooie vereniging.

“Wie zijn wij en wat doen wij?”

Op 19 februari 2025 bent U uitgenodigd om 14.00 uur in Eigen Herd. Tijdens de presentatie zijn een aantal bestuursleden aanwezig. Zij stellen zich aan U voor en vervolgens worden de nieuwe leden aan de hand van een powerpoint presentatie meegenomen in het doen en laten van Seniorenbelang Uden en Senioren Brabant-Zeeland (voorheen KBO-Brabant). Alles gebeurt in een ongedwongen sfeer met een kopje koffie.

U kunt zich aanmelden via email op het emailadres: jmloonen@home.nl onder vermelding van uw naam en adres (straat-huisnummer-plaats).

Leden zonder email kunnen zich aanmelden via inschrijfformulier verkrijgbaar bij Eigen Herd en dit, na invulling, deponeren in de brievenbus van Seniorenbelang Uden buiten bij de ingang van Eigen Herd.

Mocht U nog geen uitnodiging hebben gezien via Uw emailadres, dan is het zaak om even te kijken bij Uw “ongewenste emails of Spam” omdat onze uitnodiging mogelijk daar terecht is gekomen.

Namens het bestuur SU: Jan Loonen, interim-Voorzitter

Inschrijfformulier “Kennismakingsbijeenkomst Seniorenbelang Uden”

Ik meld me aan voor de bijeenkomst op 19 februari 2025 om 14.00 uur in Eigen Herd.

Naam:

Adres: (straat, huisnummer en plaats)

.....
.....

Voordeel zorgverzekering 2025

Zorgverzekering VGZ, Exclusief voor leden

Als lid van onze vereniging krijgt u korting als u een zorgverzekering bij VGZ heeft afgesloten. U heeft daarvoor uw lidmaatschapsnummer nodig (dat staat op uw ledenpas) en het collectiviteitsnummer: 87718266.

Informatie over de periode 2025

Kijk op de website van VGZ, www.vgz.nl voor informatie (onder andere over de kortingen) voor 2025.

Declareer uw lidmaatschap van Senioren Brabant-Zeeland in 2024!

Bent u aanvullend verzekerd voor zorg bij VGZ via het collectief van Senioren Brabant-Zeeland? Dan krijgt u het lidmaatschap van Senioren Brabant-Zeeland vergoed tot een maximum van 25 euro per verzekerde. Dit aanbod geldt uitsluitend als u een van deze drie aanvullende zorgverzekeringen van VGZ heeft: *VGZ Zorgt Goed*, *VGZ Zorgt Beter* of *VGZ Zorgt Best*. (Dit geldt niet als u alléén een aanvullende tandverzekering heeft afgesloten.)

Declareren lidmaatschap over 2024: U heeft een brief gekregen van VGZ met een declaratieformulier speciaal bedoeld voor het terugvragen van de contributie 2024. VGZ stuurt één declaratieformulier per adres. Bent u als echtpaar verzekerd, maak dan alstublieft zelf een kopie voor uw partner.

Voor vragen of meer informatie kunt u contact opnemen met VGZ, telefoon 088 – 13 11 234.

Zorgverzekering CZ, Exclusief voor leden

Voor 2024 kunt u uw contributie retour vragen als u de aanvullende verzekering *CZ Leden* heeft afgesloten.

Het collectiviteitsnummer is: 014103648

Informatie over de periode 2025

Ga naar de website van CZ met informatie (onder andere over de kortingen) voor 2025.

Declareer uw lidmaatschap van Senioren Brabant-Zeeland in 2024!

Declareren kan alléén voor de aanvullende verzekering *CZ Leden*, niet voor andere verzekeringen.

Declareren lidmaatschap over 2024: kijk op www.kbo-brabant.nl/declareren-lidmaatschap-cz-2024

Voor vragen of meer informatie kunt u contact opnemen met CZ, telefoon (088) 555 77 77.

Zorgverzekering Zilver Kruis, Exclusief voor leden

Met Zilveren Kruis zijn collectiviteitsafspraken gemaakt. Zilveren Kruis biedt geen tegemoetkoming van uw contributie van een afdeling of seniorenvereniging, maar u krijgt bijvoorbeeld wel de kosten van uw rijbewijskeuring vergoed en extra fysiotherapie.

Informatie over de periode 2025

Ga naar de website van Zilveren Kruis met informatie (onder andere over de kortingen) voor 2025.

Bewegen voor iedereen bij SBU op basis van Tai-Chi

Bewegen is belangrijk voor iedereen maar zeker als je al wat ouder wordt. Tai Chi werkt preventief voor je gezondheid. Mocht je al wat problemen of ongemakken ondervinden, dan draagt Tai Chi bij aan vermindering van deze klachten. Maar voorkomen is beter dan genezen.

Wat is Tai-Chi?

Tai-Chi is een zachte bewegingsleer ontstaan in China en sterk gericht op gezondheid, rust en het soepel en sterk houden van je lichaam. Tai-Chi bestaat uit een vaste reeks van vloeiende en rustige bewegingen, 'vormen' genaamd, die in verschillende combinaties uitgevoerd worden.

Waarom Tai-Chi?

Medische studies hebben bewezen dat Tai-Chi door de effectieve en zachte oefeningen een positieve invloed uitoefenen op je gezondheid. De simpele en zachte oefeningen brengen rust en zijn goed voor gewrichten en spieren. Het werkt stressverlagend, maakt je lichaam flexibel, versterkt je spieren, vergroot je longcapaciteit en is hartversterkend. Daarnaast verbetert het je concentratie, balans, houding, weerstand en je immuunsysteem. Je kunt Tai-Chi op iedere leeftijd beoefenen. In China zijn er zelfs meer ouderen die Tai-Chi beoefenen dan jongeren, mensen in China worden dan ook héél oud. Er is geen speciale kleding of schoeisel nodig. Gemakkelijk zittende kleding en binnenschoenen met niet te stroeve zolen of dikke sokken zijn voldoende.

Waar en wanneer worden de Tai Chi-lessen gegeven? De eerste proefles vindt plaats op 8 januari 2025 om 09.00u in Eigen Herd. Daarna zal wekelijks op woensdagochtend om 09.00u vanaf 22 januari 2025 de lessen zijn gedurende de schoolweken. Bij school vakanties zijn er geen lessen en een les duurt 1 uur. De bijdrage voor de lessen is €8,50 per les te voldoen per 10 lessen. Deze lage prijs is mede mogelijk omdat de lessen in samenwerking met Senioren Belang Uden georganiseerd zijn.

Meer informatie en aanmelden: Jack Peters - www.centerself.nl - 06 12961278 - welkom@centerself.nl



Activiteit Kunst & Cultuur

Op vrijdag 13 december hebben we genoten van een prachtige lezing en schitterende muziek gepresenteerd door Joop van Velzen. Een mooie voorbereiding op het komende kerstfeest. Daarmee zit het lezingenprogramma van 2024 erop en gaan we ons nu richten op het programma voor het komende voorjaar.

In de vorige Actueel is al uitgebreid stilgestaan bij de drie lezingen op 17, 24 en 31 januari door Wil Boetzkes over Armenië en Georgië.

In chronologische volgorde staan daarna de volgende lezingen geprogrammeerd:

- **14 februari** Joop van Velzen 80 jaar "Bevrijding van oorlog"
- **28 februari** Joris van Sleuwen "Art Nouveau" in Wenen, Praag/Budapest en Glasgow
- **14 maart** Joop van Velzen Johann Sebastian Bach: geloof als leidraad naar genialiteit
- **4 en 11 april** Joop van Velzen 2 lezingen over de Johannes Passion



De lezing van Joop van Velzen op 14 februari behoeft wellicht nog enige toelichting. Tachtig jaar geleden werd Nederland bevrijd door de geallieerden. We vieren en herdenken de bevrijding en dat we sinds het einde van de Tweede Wereldoorlog in vrijheid leven.

Daarom is het 'zinvol' om stil te staan bij de klassieke muziek die:

1. Tijdens deze oorlogsperiode ontstond;
2. In het werk van Nederlandse en buitenlandse componisten dat uitdrukking geeft aan de oorlog;
3. Erna de verwerking van oorlog én de bevrijding ervan weergeeft.

Het levert aangrijpende en tegelijkertijd prachtige klankbeelden op!

Joop heeft hieraan nog een extra stukje tekst toegevoegd als inleiding op deze lezing:

Ondanks dat Wolfgang Amadeus ooit schreef dat muziek 'welke gruwelijkheden het ook beschreef, nooit het oor mocht kwellen', speelde zij in de vele oorlogen en conflicten binnen de menselijke geschiedenis een rol. Van trommelaars en blazers binnen de strijdkrachten, via muziek om overwinningen en doden te herdenken tot de muziek, zoals de Zevende Symfonie van Dmitri Shostakovich, waarin de gevoelens van de componist over oorlog en lijden in het algemeen een uitweg vinden. De muziek gaat, zei de componist 'over alle vormen van terreur, slavernij en kneveling van de geest'.

Echter, wellicht kunnen we uiteindelijk tóch beter stellen dat muziek zich beter leent voor verzet, verzoening en het resultaat van verzoening: bevrijding en vrede. Daarnaast verhoudt muziek zich moeilijk(er) tot oorlog dan tot vrede, omdat oorlog immers de poging is om de (handelings)vrijheid van de ander te ketenen. Nee, laat dus muziek maar een 'passende' expressie worden, zijn en blijven van vrijgevochtenheid en vrijheidsdrang in tijden van vrede!

Alle lezingen vinden plaats op vrijdagochtend in de Eigen Herd en duren van 10.00 tot 12.00.

De kosten bedragen 10 euro per lezing, inclusief koffie of thee in de pauze.

De procedure is als volgt:

Als u serieus van plan bent om een of meer lezingen bij te wonen, dient u dit altijd tevoren telefonisch of bij voorkeur via e-mail kenbaar te maken aan een van onderstaande contactpersonen. Dit in verband met het gereedzetten van het aantal stoelen in de zaal. Ongeveer een week voorafgaande aan de lezing ontvangt iedereen die zich heeft aangemeld nog een herinnering. Op dat moment bent u nog in staat om u af te melden als u onverhoopt verhinderd bent. Onverhoopt betekent in dit verband dat er ook werkelijk sprake moet zijn van een dringende reden.

Contactpersonen: Paul Faulhaber, 06 12712027,

p.m.m.g.faulhaber@kpnmail.nl

Ria Kauffman, 06 55866199, r.kauffman@kpnmail.nl

Adressen

| | | |
|-------------------|-------------------------------------|-------------|
| Verenigings adres | Rooijsestraat 32b 5401 AT Uden | 0413-264593 |
| E-mail Informatie | secretariaat@seniorenbelang-uden.nl | |
| Website | www.seniorenbelang-uden.nl | |

Ledenadministratie

| | | |
|---------------------|---------------------|-------------|
| Dhr. John Bongers | Ledenadministrateur | 0622237514 |
| E-mail | bongers47@gmail.com | |
| Mw. Diny van Geffen | Assistente | 0413-263602 |
| Bankrekening | NL73RABO0151903069 | |

Distributie Actueel-ONS-EH

| | |
|-------------------------|--------------------------|
| Antoon en Riek Wijdeven | 0413-247029 / 0624698918 |
|-------------------------|--------------------------|

Bestuur (* interim)

| | | |
|-----------------------|---------------------------------------|-------------|
| *Jan Loonen | Voorzitter | 0650297988 |
| E-mail | voorzitter@seniorenbelang-uden.nl | |
| *Julia Timmers | Secretaris | 0413-266583 |
| E-mail | secretariaat@seniorenbelang-uden.nl | |
| Marloes van der Locht | Penningmeester | 0657530836 |
| E-mail | Penningmeester@seniorenbelang-uden.nl | |
| *Diny Rooijackers | Belangenbehartiging | 0620454704 |
| E-mail | dinyrooijackers3@gmail.com | |
| Wim Uijtdewilligen | Evenementen en Reizen | 0644402599 |
| E-mail | wimuijtdewilligen1947@gmail.com | |
| *JanWillem Brons | PR-Educatie-Voorlichting | 0653459977 |
| E-mail | janwillem@bronovus.nl | |

Ziekenbezoek

| | | |
|--------------------|---|-------------|
| Nelleke Nederkoorn | als U ziekenbezoek wilt svp melden bij: | 0413-265439 |
|--------------------|---|-------------|

Bezoek Nabestaanden

| | | |
|---------------|-------------------------------------|--------------------------|
| Joke van Riel | in geval van overlijden melden bij: | 0413-268882 / 0682071282 |
|---------------|-------------------------------------|--------------------------|

Ouderenadvies en

VOA: Vrijwillige Ouderen Adviseur

Clientondersteuning

OCO: Onafhankelijke Client Ondersteuner

| | | |
|--------------------------------|--|-------------|
| Diny Rooijackers : OCO/VOA | belangenbehartiging@seniorenbelang-uden.nl | 0620454704 |
| Toos van Lieshout: Coordinator | seniorenzorgtvl@gmail.com | 0683983746 |
| Nelleke Nederkoorn: OCO | | 0413-265439 |
| Peer de Wildt: OCO/VOA | peerdewildt@hetnet.nl | 0651524305 |
| Emmy Verstegen: VOA | | 0623899636 |
| Joke van Riel: VOA | | 0682071282 |

Webmaster en Actueel

| | | |
|-----------------|-----------------------|------------|
| JanWillem Brons | janwillem@bronovus.nl | 0653459977 |
|-----------------|-----------------------|------------|

Belastinginvullers

| | | |
|-----------------------|--------------------------|-------------|
| Jan Hegeman | janhegeman1945@gmail.com | 0413-264866 |
| Lenie van Heusden | l.v.heusden@hotmail.com | 0413-253716 |
| Wim van Lanen | wvlanen@hotmail.com | 0413-249432 |
| Arnold van Lieshout | lieshout24149@gmail.com | 0413-262700 |
| Henk Reuvekamp | genhreuvekamp@home.nl | 0619616424 |
| Albert van Rosmalen | vanrosmalen@home.nl | 0413-260126 |
| **Edwin van der Burgt | edwin@buurtmannen.nl | 0655833150 |
| Jan Vermeulen | udenvermeulen@gmail.com | 0683918601 |
| **Peer de Wildt | peerdewildt@hetnet.nl | 0651524305 |
| Piet van de Wilden | pvdwilden@icloud.com | 0413-264324 |
| Martin Reitsma | ma.reitsma@tiscali.nl | 0647014808 |

**Alleen deze personen nemen nog nieuwe klanten aan

Vrede

Vijf letters
Eén woord
Zo eenvoudig
Kan het zijn
Vrede!

Roep het uit
En vertel het
De hele aarde
Aan ieder mens
Vrede!

Vijf letters
Eén woord
Zijn opdracht
Aan ons allen
Vrede!

Dit ene woord
Wordt een daad
Als we het willen
Kan het komen
Vrede!

Vijf letters
Jezus' woord
Zijn boodschap
Wereldwijd
Vrede op aarde!

©2024 wimuijtdewilligen

Contributie 2025

In 2025 bedraagt de contributie € 25,00 per kalenderjaar voor leden en € 12,00 per kalenderjaar voor gastleden. Deze bedragen zijn alleen van toepassing als u een machtiging tot automatische incasso heeft afgegeven, via het inschrijfformulier of apart incassoformulier. Het bedrag wordt rond 10 januari geïncasseerd. Heeft u geen machtiging afgegeven en maakt u zelf het contributiebedrag over of moeten wij u een factuur of betalingsherinnering sturen, dan wordt de contributie met € 2,00 verhoogd in verband met extra administratiekosten en bedraagt dan respectievelijk € 27,00 en € 14,00 per kalenderjaar. Het bankrekeningnummer hiervoor is: NL73RABO0151903069 t.n.v. Seniorenbelang Uden. (O.v.v.: uw lidnummer en contributie 2025). U kunt via de penningmeester (penningmeester@seniorenbelang-uden.nl) alsnog een machtigingsformulier opvragen. Doe dit vóór 31 december 2024. Het bespaart ons werk. Alvast bedankt.

Liefhebben

Mijn vaders Kleine broer was doodziek.
Hij zorgde elke dag voor hem.

Na een van die dagen belde ik hem en vroeg: "Hoe was je dag?"

Hij zei: "Zwaar". "Ik begrijp het" zei ik.

Hij zei: "Niet mentaal, maar fysiek.
Ik heb de hele dag mijn broer in de rolstoel
door het park geduwd
met één hand omdat hij mijn andere de
hele dag vast wilde houden".

Dat is liefde, een grote en een
kleine broer die rondjes rijden in
een klein ziekenhuisparkje met
een rolstoel die scheef hangt, en
elkaars handen vast

Laura van Dolron

Wij wensen iedereen een fantastisch en vooral gezond nieuwjaar! Wij wensen iedereen hele fijne kerstdagen toe en een gelukkig en een gezond 2025. Wij wensen iedereen veel liefde, warmte en oliebollen toe. Wij wensen je 365 dagen gevuld met warmte en licht, een nieuw jaar boordervol geluk!

Jan Loonen, Marloes van der Locht, Julia Timmers,
Wim Uijtdewilligen, Diny Rooijackers en Janwillem Brons

We zijn er voor elkaar!