



Nieuwsbrief maart-april 2024

Op vrijdagmiddag 19 april 2024 houdt Senioren Belangen Riel haar jaarlijkse Algemene Leden Vergadering.

Locatie: De Leybron

Ontvangst vanaf 13.00u Aanvang vergadering 13.30

Met optreden van Jo Hoogendoorn

De agenda en overige informatie treft U aan bij deze nieuwsbrief.
Wij hopen op een goede opkomst. Tot dan!

ZET 'M OP !

Woensdag 10 april 2024: Nationale dag van de FIETSHELM



Je hersenen zijn een bijzonder en kwetsbaar orgaan. Ze zorgen ervoor dat je kunt bewegen, onthouden, denken en voelen.

Je hoofd beschermen is dus van groot belang.

Als fietser in het verkeer ben je kwetsbaar bij een botsing of val, of dat ongeluk nou ontstaat door jezelf of een andere weggebruiker.

De fietshelm is een makkelijke manier om ernstig letsel te voorkomen.

Verkeersongevallencijfers leren ons dat 50-plussers vaker betrokken zijn bij een (enkelvoudig) fietsongeluk.

In 2020 waren voor het eerst de meeste verkeersdoden fietsers: 229.

Het hoogste aantal fietsslachtoffers in 25 jaar!

Een derde hiervan bestond uit e-bikers.

Draag je een fietshelm bij een botsing of val dan is de kans op ernstig hoofd- of hersenletsel 60 % kleiner. Het risico op dodelijk hoofd- of hersenletsel is dan 70 % kleiner.

Fietsers van jong tot oud zijn meer geneigd een helm te dragen als anderen – met name leeftijdsgenoten – dat ook doen.

Het is daarom dat **Senioren Belangen Riel**, in samenwerking met onze plaatselijke fietsenmaker Erik van Ginhoven, van “**Van Oirschot + Van Ginhoven**” (Kerkstraat 15, Riel), deze nationale dag van de Fietshelm aangrijpt voor een promotieactie voor het dragen van een fietshelm.

In de maanden **april en mei** krijgt u op vertoon van uw KBO-ledenpasje

10 % korting bij aanschaf van een fietshelm bij onze plaatselijke fietsenwinkel “Van Oirschot+Van Ginhoven”.

Dus: Koop een helm, en zet 'm op!





Welkom aan nieuwe leden

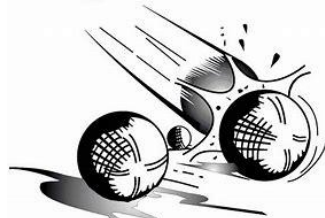
Wij heten Arie van der Vliet en Paula de Rooij van harte welkom bij Senioren Belangen Riel. Hopelijk mogen we jullie bij vele activiteiten verwelkomen.

Koningsdag

Op zaterdag 27 april, Koningsdag, organiseren Jacques Kouwenberg en Ton van der Poel namens SB-Riel jeu de boules activiteiten op verzoek van het Oranje-Comité dat ook graag een activiteit voor ouderen heeft op die dag.

Iedereen die wil kan hieraan deelnemen.

De exacte begintijd wordt vermeld op de flyer van het O.C.



“Samen goed oud worden”

Vorige week boden beide voorzitters van SB-Riel en Senioren Goirle samen met de vertegenwoordigers van Fysio De Rooy en Sportcentrum De Rooy aan wethouder Pernell Criens de resultaten aan van het project “Samen goed oud worden”.

Dit project is mogelijk gemaakt door een subsidie van de gemeente Goirle uit het GALA-fonds 2023.

Aan het project hebben 179 mensen deelgenomen, waarvan ruim 20 uit Riel.

Ze hebben allemaal een preventieve screeningstest gedaan.

Tevens werd het door de deelnemers ingevulde spinnenweb van Mijn Positieve Gezondheid besproken. Dit onderdeel werd afgesloten met een aantal adviezen.

Zo werd mensen, die matig of hoog scoorden op valrisico, geadviseerd om een lezing te volgen over het thema “Ouder worden en vallen”.

Zo'n 100 mensen deden dat. Van hen zijn vervolgens 65 gestart met het volledig gesubsidieerde valpreventie-programma ‘Vallen Verleden Tijd’.

De deelnemers waardeerden dit onderdeel met gemiddeld een 8!

Op basis van het advies na de positieve screeningstest zijn in totaal 46 deelnemers gestart met het gedeeltelijk gesubsidieerde Beweegprogramma ‘Vitaal Oud Worden’, dat drie maanden duurde.

Achttien deelnemers, zijn daarna doorgegaan en sporten nu dus langdurig. Dat is een mooi resultaat.

Aan de hand van de testen en het bespreken van de vragenlijst over Mijn Positieve Gezondheid werden er ook diverse mensen doorverwezen naar een huisarts, fysiotherapeut of naar het Dorpsteam.

41 Deelnemers werden doorverwezen naar een diëtist. De voornaamste redenen waren, óf te grote buikomvang - wat verhoogd risico op chronische ziekte meebrengt - óf juist ondervoeding, dan wel onvoldoende kwaliteit van voeding, wat invloed heeft op de spierkracht (valrisico).

Wethouder Criens reageerde heel positief op de evaluatie van het project. Zij omarmt het initiatief van de beide seniorenorganisaties en zegde toe haar uiterste best te doen om ook dit jaar weer subsidie te verlenen uit het GALA-fonds om zo senioren uit onze gemeente te motiveren in beweging te blijven.

Senioren Goirle, SB-Riel, Fysio de Rooy en Sportcentrum De Rooy gaan op korte termijn een subsidieaanvraag indienen om hopelijk in het najaar dit zeer geslaagde project te kunnen voortzetten .



Bericht van overlijden

Op 12 maart is op 88-jarige leeftijd overleden
Mevrouw Mommers-Looymans.



Wij wensen de familie, vrienden en bekenden veel sterkte met dit verlies.

Kunst door de brievenbus

Senioren uit Riel en Goirle te laten genieten van tekenen en knutselen; dat is het doel van het nieuwe initiatief van de kennis-en kunstkring. Je hoeft helemaal geen kei te zijn in tekenen of knutselen, iedereen is welkom. Het gaat erom te ontdekken hoeveel plezier je kunt beleven met creatief bezig zijn. Door een subsidie van het Lang Leve Kunst Fonds kost deelname aan dit programma helemaal niets. Het project start per 15 april en loopt tot na de zomer van 2024.

Hoe werkt het?

U krijgt om de week een kaart door de brievenbus met daarop een tekenopdracht. Met pen, potlood of ander creatief materiaal gaat U aan de slag. Als U de opdracht heeft afgerond, kunt U die naar ons mailen en dan krijgt U een reactie. Maar dat hoeft natuurlijk niet. U kunt uw kunstwerk ook gewoon voor uzelf houden. U kunt de opdrachten zelfstandig maken, lekker vanuit huis, wanneer het U uitkomt. Maar misschien is het nog leuker als U het samen doet met een 'maatje'. Aan U de keuze. Na afloop sluiten we gezamenlijk het project af met een gezellig samenzijn met zoveel mogelijk deelnemers, waarbij we ook elkaars werk kunnen bekijken.

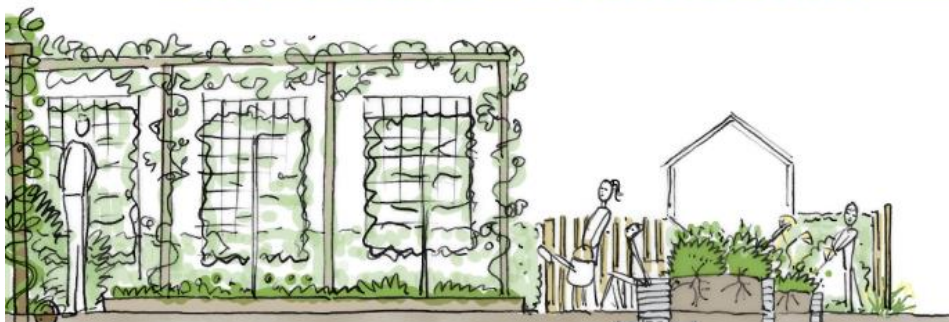
Meer informatie of aanmelden?

Neem dan telefonisch of per mail contact op met Thea Swalen;
ontwikkeling@seniorengoirle.nl of 0629038591. Aanmelden graag voor 7 april onder vermelding van Uw naam, adres, telefoonnummer en emailadres.

De Vondertuin

Basisschool De Vonder wilde graag een groene leeromgeving creëren. In een razend tempo is dat idee uitgewerkt tot een prachtig ontwerp. Voor de realisatie en het onderhoud van De Vonder Wondertuin zijn natuurlijk vele handen nodig. Hebt U groene vingers en wilt U graag een bijdrage leveren? Dan kunt U contact opnemen met Claire via telefoonnummer 0645100903.

de Vonder Wondertuin





'Muziek en romantiek: een gouden mix' bij Senioren Goirle

vrijdagmiddag 5 april om 14.00 uur in de theaterzaal van Jan van Besouw..
Vereniging "De Gouden Mix" maakt theater vóór en vooral ook dóór senioren.
In 'Muziek & Romantiek, een gouden mix' staat een koor centraal, dat een nieuwe dirigent verwelkomt. Geleidelijk wordt duidelijk dat er een liefdesrelatie ontstaat tussen deze nieuwe dirigent en het tuttige, stijve en verlegen sopraantje.
En zie wat liefde doet met een mens: dat sopraantje bloeit langzaam op vanwege de aandacht van de dirigent.

Aan het eind wordt aan twee leden, die hun gouden bruiloft vieren, een spetterend muzikaal optreden als cadeau aangeboden. De finale is een optreden met een potpourri van succesvolle zangnummers en een verrassende slotscène.

Een show met veel bekende liedjes, die natuurlijk mogen worden meegezongen.

De kosten van deze middag bedragen voor de leden van Senioren Goirle 5 euro. Niet leden zijn natuurlijk ook welkom, maar betalen wel een hogere bijdrage van 10 euro. U kunt zich aanmelden door een e-mail te sturen naar secretaris@seniorengoirle.nl S.v.p. vermelden of u wel of geen lid bent. U ontvangt vervolgens een e-mail met daarin de betaalwijze.

Agenda terugkerende activiteiten en Service-informatie

Maand agenda

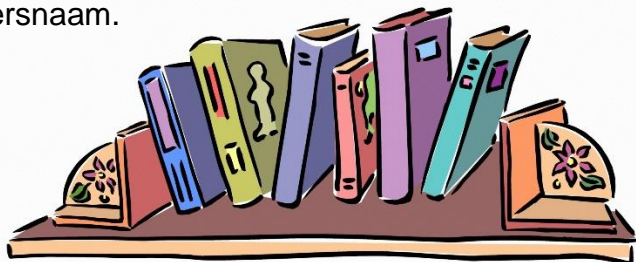
Bingo	2 ^e vrijdag van de maand – 12 april 2024 om 14.00 uur
Fietsen	elke woensdag – vertrek 13.00 uur vanaf Dorpsplein
Jeu de boules	donderdag vanaf 13.30 uur - baan Oude Tilburgsebaan
Koersbal	vrijdag behalve 2 ^e vrijdag om 14.00 uur
Seniorengym	maandag van 10.00u tot 10.45u donderdag van 10.00 – 10.45 uur
Wandelen	woensdag - vertrek 09.30u bij de Leybron Woensdag - vertrek 10.00u bij de Leybron
Wandelvoetbal	woensdag 10.00 uur op Sportpark De Krim/VV Riel
Yoga	dinsdag van 08.45 – 09.45 uur dinsdag van 10.00 – 11.00 uur

Huiskamer

Iedere dinsdag van 10.00u tot 12.00u in de Huiskamer van De Leybron.
U bent van harte welkom !

Boekenkast/Bibliotheek Leybron

Tijdens openingstijden van de Leybron kunt u vrij gebruik maken van de boekenkast/bibliotheek. U mag een/meerdere boek(en) meenemen om te lezen en daarna weer terugbrengen. Heeft u thuis nog boeken die u al heeft gelezen, dan kunt u ze aanbieden voor de boekenkast/bibliotheek. De boeken staan op alfabetische volgorde op schrijversnaam.





Scootmobieldag

Het is zeer belangrijk dat U als verkeersdeelnemer voldoende kennis heeft van de verkeersregels, beschikt over voldoende voertuigbeheersing en inzicht heeft in enige technische informatie over uw scootmobiel of elektrische rolstoel.

Daarom wordt er weer een scootmobieldag georganiseerd op **dinsdag 28 mei**.

Noteer deze datum alvast in uw agenda. Informatie over inschrijving voor deze dag volgt. Voor meer informatie kunt U contact opnemen met Jason Doti 0135349191 of per mail via receptie@dorpsteamgoirle.nl



Duofiets

Met het betere weer in aantocht is een fietstocht door onze mooie omgeving een echte aanrader.

Mocht U niet meer zelfstandig kunnen fietsen is een tochtje op een duofiets misschien een goed idee.

DC Riel beschikt over een duofiets die op te halen is bij autobedrijf Ruud van den Brand.

Via de website van het dorpscollectief, <https://dorpscollectiefriel.nl>, is de fiets te reserveren. Voor info en reservering kunt U ook contact opnemen met Goof Brouwers 0135181773.



Hulp nodig of wilt u hulp aanbieden?

Vrijwillige Ouderen Adviseur (VOA)

De VOA kan u behulpzaam zijn om u – als u daar behoefte aan heeft - de weg in het grote aanbod regelingen op sociaal en financieel gebied te wijzen. Indien gewenst komen zij op preventief huisbezoek of hebben telefonisch/mondeling contact

Binnen SB-Riel hebben wij twee gecertificeerde VOA's.

Wilt u van hun diensten gebruik maken neem dan contact op met

Engelien van de Pas, telefoon 013 518 1793 of

Joop van Iperen telefoon 06 231 88974 voor verdere informatie.

Cliëntondersteuners

Heeft u hulp nodig en wilt u daarvoor een aanvraag indienen op grond van de Wmo (Wet Maatschappelijke Ondersteuning), dan adviseren wij u gebruik te maken van de diensten van een cliëntondersteuner.

Onze cliëntondersteuner, Joop van Iperen, is speciaal opgeleid door KBO-Brabant, zodat uw aanvraag de meeste kans van slagen heeft.

Voor informatie stuur een mailtje naar Joop van Iperen via

clientondersteuning@sb-riel.nl

Dorpscollectief Riel (DCR)

Voor andere hulpvragen kunt u telefonisch contact opnemen met Dorpscollectief Riel via

06 386 92845



rang- telwoord		soort	3	stadium		pl. in Overijssel		wereid- deel	
bioscoop		visgerei						gordijn- stang	
						boeren- grond			
lidwoord				Spaanse titel					1
binnen- komst				pl. in Gel- derland					
	8					scheeps- louw			
durf		en derge- lijke (afk.) kijvende vrouw			par express (afk.) zangstem			groot hert	
			getijde			bijbelse vrouw			
			tennis- term			sport- ploeg			
Europese vrouw	boom			koraal- eiland					geldstraf
	alert			part					
6						aan boord (afk.) rijst- gerecht			
bewijs- stuk					in het jaar				7
onlangs									
			berg- weide	2	larve				
					nakome- ling				
schilder- gerei		lage vrouwen- stem				leeg		proef	
		profeet							
9				keur- troepen					
				plechtige gelofte					
pl. in Overijssel							dieren- geluid	4	voor- zetsel
streling									
			zelfzuch- tig mens						
korf			5		vees- stokje				

©www.puzzelpro.nl

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Wilt u meer informatie → bezoek dan onze website www.sb-riel.nl

Hier vindt u ook deze Nieuwsbrief; laatste informatie; contactpersonen voor diverse activiteiten en gegevens van het bestuur.

Like en volg ons ook op Facebook

De volgende Nieuwsbrief verschijnt in de week van
24 april 2024

Copy aanleveren tot uiterlijk 2 weken vóór verschijningsdatum bij het secretariaat via secretariaat@sb-riel.nl

Het bestuur behoudt zich het recht voor aangeleverde copy aan te passen of te besluiten deze niet of slechts deels te plaatsen.