

KERSTGROET VANUIT HET BESTUUR

In deze laatste decemberdagen
kijken we uit naar het licht,
vinden we ruimte om te zien
wat er werkelijk toe doet.

In een glimlach die wordt teruggegeven,
in een hand die even blijft,
in de aandacht voor de ander.
groeit de warmte die we delen.

Dankbaar voor wat was,
hoopvol op wat mag komen,
willen we ook in het nieuwe jaar
vertrouwen op de kracht van samen.

Namens het bestuur van SNH wens ik u hele gezellige kerstdagen en een goed
2026.

Cees van Hoof,
voorzitter SNH.



MEDEDELINGEN VANUIT HET BESTUUR

Valpreventie

De allerlaatste kans om deel te nemen aan de cursus Valpreventie!!

In 6 bijeenkomsten wordt u zich bewust waar u op moet letten om vallen zoveel mogelijk te voorkomen. De cursus start half januari 2026. Het zijn 6 bijeenkomsten, steeds overdag en helemaal gratis. U krijgt de data en locatie nog te horen.

Geef u nog op bij de secretaris, secretaris@snhilvarenbeek.nl.

Dementie en het zelfgekozen levenseinde

Op **4 maart 2026** is er in Elckerlyc een lezing over "Dementie en zelfgekozen levenseinde". Aanvang **20.00 uur** (inloop vanaf 19.30 uur).

Een moeilijk onderwerp, maar ook iets waar velen wel eens bij stilstaan, ons levenseinde en wat te doen als we geconfronteerd worden met de diagnose dementie.

Dement oud worden is voor velen een grote angst. We willen dat misschien liever niet meemaken. Voor onszelf niet, we vrezen de aftakeling en het verlies van de eigen identiteit, of voor onze nabestaanden niet, of misschien zelfs ook nog voor de maatschappij niet. Die willen we niet opzadelen met de intense zorg. Of we hebben ervaring als mantelzorger. Reden genoeg om alle opties op een rij te willen hebben. Welke keuzes zijn er en wanneer moet men in actie komen? Timing blijkt in dit geval immers een uiterst belangrijke factor. Wat kan en mag de (huis)arts en wat kunt u doen als de huisarts uw verzoek niet wil uitvoeren?

Op deze avond ontvangt u een aantal tips om u op weg te helpen zodat u zelf ten alle tijden de regie in handen houdt.

Voor de pauze wordt er een film over dit thema vertoond, na de pauze verzorgt Ria Kamp, consulente bij de Nederlandse Vereniging voor het Vrijwillig Levenseinde (NVVE), een lezing. Daarna is er ruimte voor vragen aan de inleidster en de aanwezige huisarts en SCEN-arts, Otto Ahlers. Kaarten à 7,50 euro zijn verkrijgbaar via (de website van) Elckerlyc.



Activiteiten

Biljarten

We zijn inmiddels bijna 4 maanden bezig met het nieuwe seizoen en inmiddels aanbeland in periode 3, Elke periode duurt ca. 9 weken.

Dit seizoen zijn 6 nieuwe spelers begonnen. Bij het begin hadden we in totaal 2 spelers minder, omdat met name vanwege gezondheidsredenen een aantal spelers et meer konden meespelen. Nu nemen er 92 spelers deel aan onze interne competitie.

De animo om ook mee te doen aan de competities en toernooien georganiseerd door de overkoepelende Seniorencompetitie Hart van Brabant nemen toe. Dit seizoen hebben we 3 teams, die spelen in de libre competitie voor teams. Tevens doen enkele spelers ook mee aan de Persoonlijke Kampioenschappen libre en driebanden georganiseerd door "Hart van Brabant".

Het hoofddoel van het biljarten bij Senioren Netwerk Hilvarenbeek is zorgen voor **een ontspannende en gezellige activiteit die bijdraagt aan de bevordering van sociale contacten van alle leden.**

Het is echter niet alleen de ontspanning, maar ook het sportieve element speelt een belangrijke stimulans om deel te nemen aan onze competitie. Zo zien we dat de gemiddelde kwaliteit van de spelers omhoog gaat (algemeen gemiddelde vorig seizoen 1,10; dit seizoen tot nu toe 1,14). Daarnaast zijn er ook enkele zeer goede spelers waarvan onze beste speler van dit moment (Ad van Oirschot) er deze week in slaagde zijn persoonlijke records te breken. Hij behaalde een partij gemiddelde van 21 en een hoogste serie van 72.

Er is nog plaats voor nieuwe leden op sommige dagdelen, dus als u interesse hebt, kunt u zich aanmelden (p.vd.lindeloof@outlook.com) of kom een keer kijken bij CC Elckerlyc. Er wordt competitie gespeeld op alle dagdelen m.u.v. maandagmorgen en vrijdagmiddag.



Bridge

Donderdag 18 december is dit seizoen onze **laatste bridgemiddag**. In januari 2026 starten we weer op **donderdag 8 januari in de Elckerlyc**. Inschrijven om 13.15 uur.

Jeu de Boules

Dinsdag 23 december spelen we voor **de laatste keer dit jaar** Jeu de boules. In januari starten we weer op **dinsdag 6 januari** in de Veldhoven.

Inloop

Elke **vrijdagmiddag** is er gelegenheid voor handwerken en voor kaarten tijdens de inloop. Er kunnen zich nog mensen aansluiten voor beide activiteiten. Aanvang om **13.30 uur tot 16.30 uur**.

Velocitas

Woensdag 7 januari fietsen onze leden weer de **kerststallenroute**. Ze vertrekken zoals gewoonlijk om 13.00 uur bij de kerk op het Vrijthof.

Tai Chi en Yoga

Dit zijn goed bezochte activiteiten. Bij yoga is er zelfs een flinke wachtlijst. Als u tai chi buiten wil gaan doen, is er nog wel plaats om mee te doen, maar voor binnen is er even geen plaats vrij.

Rikken en jokeren bij café Ome Toon

Op **woensdag 14 januari en 28 januari** is er wederom een Rik en jokerconкурс bij Ome Toon. Alle senioren zijn welkom ook de senioren van Diessen.

Aanvang 13.30 uur.

Cultuur en educatie

In januari en februari staan er weer twee cursussen op de planning: **filosofie en de muziekcursus**. Deze gaan zeker door!

Daarnaast plannen we binnenkort ook 'n historische informatie over de oud-Egyptische geschiedenis door een intussen gepensioneerde geschiedenisdocent.

Ook hebben we een try-out gezien van de TTT Theaterproducties Tilburg. Zij willen graag in Hilvarenbeek hun nieuwe stuk komen spelen. Als het mogelijk is, gaan we dat ook in het voorjaar regelen.



Muziekcursus

De muziekcursus gaat weer van start in januari 2026. 6 Dinsdagmiddagen van 13.30 – 15.30 uur komen we weer samen in de Ensemblezaal van cc. Elckerlyc op de 1^e etage. Data zijn: 6 – 13 – 20 – 26 januari en 3 en 10 februari 2026.

U kunt zich nog aanmelden via e-mail : ria.bonenkamp@outlook.com of telefonisch **013 – 5051345**

De kosten bedragen € 47,50 inclusief koffie en/of thee. S.v.p. overmaken voor 5 januari 2026 op Rekening Seniorennetwerk NL05RABO 012 23 00 378 o.v.v. muziekcursus 2026.

Gespreksgroep Kerk-zijn

De eerste bijeenkomst van het jaar is er een met een feestelijk tintje. In harmonie eten en drinken, zo leert de kerstperiode, is op zich al een feest. Met een lunch verzorgd door onze eigen keukenbrigade begint voor Kerk-zijn de middag en het nieuwe jaar. Als de belegde witte puntjes en de gesmeerde krentenbollen gesmaakt hebben, leidt pastor Cor Daemen **het thema** in. 'Als je God zijn gang laat gaan dan.....' Die zin kun je op duizend en een manier aanvullen. Een waaier aan antwoorden, een fleurig boekje aan meningen mag verwacht worden. Kortom, het belooft een bijzondere middag te worden. **Donderdag 15 januari 2026** is het te doen in de multifunctionele ruimte, **het kerkzaaltje, van de Beekse Petruskerk**. Het begint om **13.00 u met een lunch**, waarvoor € 7,00 per persoon begroot wordt en eindigt een paar uur later met het toosten op 2026. Of je een grote dan wel een kleine eter bent is niet van invloed op je de gevraagde financiële bijdrage. **Wil je mee-eten, meepraten, jouw inzichten delen en anderen inspireren laat het weten aan coördinator Cees Priems.**

Zijn telefoonnummer is 013 505 2286.

Ad Smeijers, PR

