



SeniorenBelang Woensel

Seniorenbelang Kring Eindhoven

NUMMER 2026/1 februari 2026



IN DIT NUMMER



REPAIRCAFE
pagina 5



KOFFIE CONCERT
pagina 7



HUIS VAN MORGEN
pagina 11

GRATIS BEWEEGADVIES

Wil je graag in beweging komen, maar weet je niet waar je moet beginnen? Eindhoven Sport helpt graag bij het vinden van passend beweegaanbod!



Eindhoven
Sport



eindhoven.sport.nl/sportvraag



Heeft u digitale vragen?



Bij het Informatiepunt Digitale Overheid (IDO) in de bibliotheek helpen we je **gratis** met vragen over de overheid. Denk aan hulp bij een DigiD aanvragen, toeslagen regelen of (digitale) afspraken maken. We luisteren, denken mee en verwijzen je door als dat nodig is.

Elke dinsdag 10.00 tot 12.00 uur in
de Bibliotheek Woensel-Noord



Met de juiste zorghulpmiddelen kun je zoveel meer.

De experts van Medipoint adviseren je graag over langer zelfstandig thuis wonen, het vergroten van mobiliteit en de hulpmiddelen die daarbij kunnen ondersteunen.



Kom gerust langs in de winkel in
Eindhoven, of plan een afspraak
voor advies bij je thuis.

Doctor Cuyperslaan 38 | Eindhoven

 medipoint



- Wijngaardplein 49, 5632 MC Eindhoven
- Telefoonnummer: 040 284 9632
- Email: eindhoven@vanhoofslagerij.nl

VOOR ELK WAT WILS FITNESS & GROEPSLESSEN



GRATIS PROEFLES
www.elhatri.nl

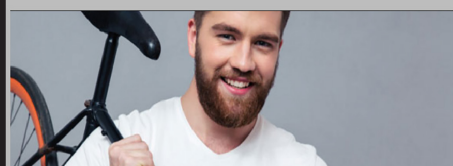
huurders

Van Woonbedrijf

040 – 236 40 31

Wij komen op voor de belangen van alle huurders van Woonbedrijf. Wilt u mee praten of wilt u meer weten over ons, bezoek onze website www.huurdersvanwoonbedrijf.nl of neem telefonisch contact met ons op.

Richard Maas TWEEWIELERS



Richard Maas Tweewielers
Sint Trudoplein 4
5716 GZ Eindhoven
040-2424381

info@richardmaastweewielers.nl

In Memoriam

In november jl. is een belangrijke
vrijwilliger van SBW overleden.

Jan Derwort

We missen hem nu al.

Lia en familie heel veel sterkte in deze
moeilijke tijden.



Veel senioren betalen graag contant.

Ook in de toekomst blijft contant
afrekenen mogelijk; het kabinet
gaat dat wettelijk vastleggen. Maar
contante betalingen vanaf 3.000
euro worden niet meer geaccepteerd.

Vanaf 1 januari 2026 geldt
in Nederland
een verbod op



contante betalingen vanaf 3.000
euro bij aankopen van goederen
in winkels. Het is niet toegestaan
om één aankoop op te splitsen in
meerdere delen om zo het verbod
op contante betaling boven 3.000
euro te omzeilen. Met deze maatregel
wil de overheid witwassen
tegengaan. Het verbod geldt niet
voor particuliere onderlinge verkoop.

Contant geld blijft bestaan.
Het kabinet benadrukt dat contant
geld beschikbaar, bereikbaar en
betaalbaar moet blijven. Daarom
wordt gewerkt aan de Wet char-
taal betalingsverkeer, waarin ook
een acceptatieplicht voor contante
betalingen tot 3.000 euro is
opgenomen. Deze acceptatieplicht
moet in 2027 ingaan, met enkele
uitzonderingen, zoals bij onbemande
tankstations.

Financiële zelfstandigheid

Veel senioren maken bewust
gebruik van contant geld. Senioren
Brabant-Zeeland blijft zich inzet-

ten voor duidelijke communicatie,
toegankelijk betalingsverkeer en
het beschermen van de financiële
zelfstandigheid van ouderen.

Bron: Sen Brabant-Zeeland

Sporten en bewegen

Dat bewegen en ook sporten
gezond is voor iedereen, maar
zeker ook voor ouderen dat
is bekend. Maar dat wij van
SBW naast het organiseren
van activiteiten ons ook meer
toeleggen op sporten en bewegen
is minder bekend. Daarom wil
ik het eens op een rijtje zetten
wat we in 2026 aan sporten en
bewegen al aanbieden. Al jaren
organiseren wij op twee locaties
Line Dance. Dat doen we op de
donderdagmiddag in wijkgebouw
de Hoeksteen Gerretsonlaan en op
de vrijdagmorgen in wijkgebouw
't Trefpunt aan het Belgieplein.
Volksdansen organiseren wij op de
woensdagmorgen in wijkgebouw
Heidehonk Noordzeelaan en
kegelen doen wij nog steeds in de
Vresselse Hut. Buiten Bewegen
voor ouderen doen wij achter
Wijkgebouw De Uitwijk elke
woensdagmiddag. Tai Chi de kunst
in bewegen en balans organiseren
wij in wijkgebouw De Mortel. En
als u nog niet genoeg heeft en
in het weekend op de bank zit
dan kunt u een keer in de 14
dagen ook nog op zondagavond
gaan dansen in wijkgebouw De
Hoeksteen. Even wat anders

doen, dan organiseren wij in 2026
drie keer samen met Senioren
Blixembosch een natuurwandeling
met lunch en 2 keer een fietstocht
vertrek bij de Hoeksteen. Hou voor
dit alles uw programmaboekje in
de gaten.

Voor de echte sportievelingen die
het hele jaar bezig willen zijn met
sporten, hebben we per 1 januari
een samenwerking gezocht met
sportcentrum Elhatri aan de Rae-
deckerstraat 11 (bij de Plus). Vraag
daar een proefles aan en zeg dat
je van SeniorenBelang Woensel
bent. Zie advertentie op pagina 2.
Vele hierboven genoemde sporten
staan op de agenda pagina van dit
blad.

Leef je leven



Step in the arena
Sinds 2000

mochten graffiti-
kunstenaars hun
gang gaan in 'de
Berenkuil', met de
bedoeling dat het
een meer aan-
trekkelijke plek
werd. Het was er
een uitgelezen
plek voor. Sinds-
dien werd de Berenkuil een
openluchtgalery voor urban culture. Vanaf
2010 werd het internationale graffiti-festi-
val 'Step in the arena' ieder jaar opnieuw
gehouden. De Berenkuil groeide hierdoor
uit tot een van de bezienswaardigheden
van de stad. Volgens 'This is Eindhoven'
was de Berenkuil toen de grootste legale
graffitiplek in Nederland. Op 10 en 11 juni
2023 vond de 14e editie plaats. Meer dan
150 graffiti-artisten uit zeker 40 landen
waren aanwezig om de Berenkuil wederom
een nieuw jasje te geven. De kleurrijke
afbeelding op deze foto werd gemaakt
door het Zuid-Afrikaanse mural artistduo
Studio Zepa. Ze wonen tegenwoordig in
Eindhoven.

Eindhoven in beeld ©



Wij wensen u een heel gezond en gelukkig 2026

Bestuur en vrijwilligers

Workshop Geheugentraining voor Senioren 50 +

Sleutels vergeten, wat was nou die boodschap, hoe heette dat nou toch?

We krijgen er allemaal vroeg of laat mee te maken. Onthouden gaat niet altijd vanzelf. Bij het ouder worden maken we ons soms zorgen over ons geheugen. "Hoe komt het dat we dingen vergeten en wat kunnen we eraan doen"

Met behulp van een geheugen-training kunt u de vaardigheden van uw brein opfrissen. U kunt uw brein fit houden door er actief mee aan de slag te gaan. U zult daarbij merken dat het waardevol is, maar ook gezellig kan zijn, om op een ontspannen manier met uw brein aan de slag te gaan.

Tijdens de workshop:

- Ervaart u weer hoe leuk het is om iets nieuws te leren.
- Ontdekt u dat opgeslagen informatie spontaan terugkomt.
- Deelt u de ervaringen met mede senioren.
- Ontdekt u dat u veel meer kunt dan u dacht.
- Krijgt u tips aangereikt om beter te onthouden.
- Gaat u na een informatief ge-



deelte actief aan de slag.

De workshop is gratis en wordt gehouden in:

Dinsdag 10 februari De Huiskamer Bekerakker (achter zaal Unitas Vlokhovenseweg) 10.30 uur-12.00 uur inloop 10.15 uur

Deze workshop wordt georganiseerd door SBW en is geschikt voor senioren, zonder geheugenproblemen zoals bij Alzheimer of andere dementie. Er kunnen max. 25 mensen deelnemen.

Toegang voor alle senioren 50 + zeker die nog zelfstandig wonen.

Ik ontmoet u graag op 10 februari Liesbeth Rietveld

Inschrijfstrookje vóór 4 Februari, inleveren Gen van Heutszlaan 14 5623 JA Eindhoven of per mail naar sbw.activiteiten@gmail.com. Zet in het onderwerp Geheugentraining, en vul onderstaande compleet in.

Repair Café Eindhoven

In Eindhoven zijn verschillende Repair Cafés te vinden, verspreid over de hele stad. Voor Woensel heb ik een overzicht gemaakt van de Repair Cafés in dit stadsdeel. Verderop op deze pagina vind je alle actuele locaties en openingstijden.

Bij het Repair Café Eindhoven proberen we samen bijna alles te repareren wat in huis kapot kan gaan. Je bent van harte welkom om gewoon binnen te lopen – een afspraak maken is niet nodig. Huisregels van het Repair Café De Repair Cafés draaien volledig op enthousiaste vrijwilligers. Om alles soepel en prettig te laten verlopen, gelden de volgende afspraken:

- De activiteiten in het Repair Café worden gratis en op vrijwillige basis uitgevoerd door de aanwezige reparatiedeskundigen.
- Reparaties worden zo veel mogelijk uitgevoerd door de bezoekers zelf, zo nodig met hulp van de reparatiedeskundigen.
- Noch de organisatoren van het Repair Café, noch de reparateurs zijn aansprakelijk voor schade als gevolg van verstrekte reparatieadviezen of -instructies, voor schade aan de ter reparatie aangeboden voorwerpen, voor gevolgschade of voor andere schade die het gevolg is van activiteiten in het Repair Café.
- Een vrijwillige bijdrage wordt zeer op prijs gesteld.
- Voor het gebruik van nieuwe materialen zoals snoeren, stekkers, zekeringen, kant en klare kniestukken of applicaties dient apart te worden betaald.
- Bezoekers die kapotte voorwerpen aanbieden ter reparatie, doen dat op eigen risico.
- De reparateurs geven geen garantie op de met hun hulp

Lees verder op pagina 5

Aanmeldstrook Workshop geheugentraining datum en tijdstip

Naam: _____

Adres: _____

Telefoon: _____

Ik kom op 10 februari om 10.30 uur naar de Workshop Geheugentraining Huiskamer Locatie Bekerakker Achter zaal Unitas Vlokhovenseweg.

PS: Aanmelding op volgorde van binnenkomst, is de locatie volgeboekt dan wordt u gebeld.

uitgevoerde reparaties en zijn niet aansprakelijk als voorwerpen die in het Repair Café zijn gerepareerd, thuis toch niet blijken te functioneren.

- De reparateurs behouden zich het recht voor om bepaalde voorwerpen niet te repareren.
- De reparateurs zijn niet verplicht om gedemonteerde apparaten die niet gerepareerd kunnen worden, weer in elkaar te zetten.
- De bezoekers van het Repair Café zijn zelf verantwoordelijk voor het netjes afvoeren van kapotte voorwerpen die niet konden worden gerepareerd.
- Om lange wachttijden te voorkomen, wordt bij drukte maximaal één kapot voorwerp per persoon bekeken. Voor een volgend voorwerp sluit de bezoeker weer achter in de rij aan.

Waar vind je Repair Cafés in Woensel?

Repair Café De Werf

Van der Werffstraat 14

Elke 1e en 3e woensdag van de maand van 13.30 tot 16.30 uur
(Ook voor kledingreparaties)

Repair Café Blixembosch – VTA

Wijkcentrum Blixembosch

Ouverture 2

1e en 3e donderdag van de maand:
19.00 – 22.00 uur

2e en 4e donderdag van de maand:
14.00 – 17.00 uur

5e donderdag gesloten

(Ook gesloten tijdens vakanties en feestdagen)

Repair Café Prinsejagt - De Hoeksteen

Gerretsonlaan 1A

Elke 1e en 3e donderdag van de maand van 9.30 tot 12.30 uur

Repair Café Woensel – Sociëteit Andromeda

Firmamentlaan 1

Elke vrijdagmiddag open van 14.00 tot 17.00 uur



Aanleveren van apparaten kan tot 16.00 uur
(Huishoudelijke elektronica, maar ook klokken en speelgoed)

Repair Café 't Hool - Bekeraker

Huiskamer achter Wijkcentrum Unitas

(Vlokhovenseweg 49, Eindhoven)

Elke 1e zondag van de maand van 14.00 tot 16.00 uur

(Laptops, computers en kleine huishoudelijke apparaten)

Volksdansen (werelddansen)

We hebben een wijziging te melden op het Volksdansen (werelddansen). De dansgroep op de woensdagochtend in het Heidedonk krijgt een andere docent. Mevrouw Hanneke van Hout gaat stoppen met lesgeven maar vind het zo leuk dat zij blijft dansen maar dan als deelnemer. De nieuwe docent heet Joris Moen en hij heeft per 1 januari het stokje van Hanneke overgenomen. Wij bedanken Hanneke voor haar inbreng als docente en wensen haar veel gezelligheid toe als deelnemer.

Over de nieuwe docent

Met 33 jaar is Joris Moen een jong gezicht in de wereld van het volksdansen. Vanaf kleuter af aan danste hij al en sindsdien heeft hij in vele theater-ensembles gedanst en overal op de wereld opgetreden met het rijke aanbod van folklore. Sinds kort heeft hij het roer in zijn leven omgegooid om zich volledig te kunnen richten

op Volksdansen en middels zijn enthousiasme zijn passie voor wereldmuziek- en dans over te kunnen brengen aan anderen.

Het belangrijkste in zijn lessen is samenzijn, elkaar ontmoeten en gezellig dansen! En hoe kan dit nou beter dan op de bijzondere klanken van wereld muziek. Tijdens de les is ook een pauze waarin de groep gezellig onder het genot van een kop koffie of thee kan bijkletsen.

De lestijden veranderen iets, namelijk: 10:30 – 12:00 uur en de kosten voor deze wekelijkse les zijn slechts €37,50 per kwartaal.

Wilt u zich aansluiten bij deze gezellige groep, of gewoon een keertje meekijken dan kunt u Joris bereiken via: 06-47046642 of via de email:

Moenindemaat@gmail.com

U bent van harte welkom!



**Activiteiten Agenda
Februari en Maart 2026.**
De activiteiten zijn
voor alle senioren
toegankelijk.
**Wanneer een activiteit
alleen voor leden is dan
staat dat bij de activiteit
vermeld.**



De Hoeksteen
Gerretsonlaan 1a
5624 JL Eindhoven
Tel: 040-2372448

Dansen op zondagavond
Dansen met gezellige muziek
van onze DJ. De rumba, tango,
line dance of heerlijk slow
dansen dat komt allemaal
voorbij.

Dansen op 1 februari en 1, 15
en 29 maart.

Alle avonden van 19.45 uur tot
23.30 uur



De Mortel
Savoiepad 14
5627 DX Eindhoven

Tai Chi (beweeg oefeningen)
Elke woensdag van 10.30 tot
12.00 uur en van 12.15 tot
13.45 uur.
Kom eens kijken.
Wij zijn een 2e groep gestart
aansluitend na de 1e groep.
Belangstellende of meer info:
040-2424208

Heidehonk
Noordzeelaan 35
5628 KP Eindhoven
Tel.: 040- 8427432

Volksdansen
Elke woensdag van 10.00
uur tot 11.30 uur, na afloop
koffiedrinken. Voor leden
SBW 3,75 euro per week.
Kom eens vrijblijvend kijken.
info: 06-51234503

Wijkcentrum Blixems
Ouverture 2
5629 PV Eindhoven
Tel.: 040-2912444

**Kaarten (Rikken, Joke-
ren)**
Elke donderdag van 14.00
uur tot 17.00 uur
Meer info: 06-23255910

't Trefpunt
Belgiëplein 20
5628 XJ Eindhoven
Tel.: 040-2420410

Linedance
Elke vrijdag 10.00 uur tot
11.30 uur
Meer info: 06-23911075

Trefcentrum Oude Toren
Oude Torenstraat 6b
5623 PG Eindhoven
Tel.: 040-2447948

Kienen
Elke 2e en 4 e maandag van
de maand.
Zaal open 13.30 uur tot
16.30 uur
Meer info: 040-2450901

**Gemeenschapshuis De
Uitwijk**
Gen. Pattonlaan 124
5624 JL Eindhoven
Tel.: 040-2372448

**Kaarten (rikken), biljar-
ten en handwerken.**

Elke donderdag van 13.30
tot 16.00 uur.

Meer info: 040-2442114

Sjoelen
Elke 2e donderdag van de
maand donderdag 13.30 tot
16.00 uur Meer info: 040-
2452307
Alle senioren van harte
welkom.
Koffie of thee staat klaar.

Wijkcentrum De Werf
van der Werffstraat 14
5622 KB Eindhoven
Tel.: 040-2431154

**Biljarten, Kaarten, Sjoelen
en kletsen!**

Elke maandag van 14.00 tot
17.30 uur. Meer info: 040-
2430464

Kienen (geldprijzen)
Elke 1e en 3e woensdag van
de maand. Zaal open 13.30
uur - duur tot 16.30 uur
Info 06-17594130

Vresselse Hut
Vresselseweg 33
5491 PA St.Oedenrode

Kegelen

Kegelen, Ook in 2026 is er
weer kegelen. Wij kegelen op
12 februari en 12 maart 2026.
Door diverse omstandigheden
is het aantal deelnemers flink
verminderd. Dus is er komend
jaar volop plaats voor nieuwe
leden. We kegelen ander-
half uur in De Vresselse Hut
vanaf 14.00 uur. De prijs voor
deelname is momenteel €7,50
per keer. Daarvoor anderhalf
uur kegelen inclusief 1 kopje
koffie/thee.

Heeft u geen vervoer, dan is
dat onderling wel te regelen.
U betaald daarvoor per keer
€2,50 voor heen en terug.
We zien graag nieuwe liefheb-
bers.

U kunt ook gerust één keer
meedoen om te kijken of u het
leuk vindt en daarna besluiten,
wel of niet, voortaan mee te
doen.

Contactadres is mevr. Lia
Derwort, 040-2415206.

**Achter De Uitwijk Gen Patton-
laan 124 Buiten Bewegen**

Elke woensdagmiddag van 13.30
uur tot 14.30 uur. Daarna koffie
drinken. Leden €3,00 per keer.
Niet leden €4,00 per keer. Kom
eens kijken.

De Hoeksteen
Gerretsonlaan 1a
5624 JL Eindhoven
Tel: 040-2372448

Linedance
Elke donderdag 13.30 uur tot
15.30 uur
Meer info: 0651020509

**Maandagmiddag 16 maart vanaf 13.45 uur Hofmans (Dames)mode in
Wijkgebouw De Werf Van der Werffstraat 14 EHV**

**Koffieconcert zondag 15 maart met Zangeres Birgit Bolte.
Er is dan weer een koffieconcert van 11.00 tot 13.00 uur.**

**Op 25 juli is er weer een BBQ van 17.00 tot 21.30 uur in
Wijkgebouw de Werf**

Rollators, waar blijven die?

Het valt mij op dat er steeds meer ouderen met een rollator lopen. Een rollator biedt ondersteuning als zelfstandig lopen moeilijker gaat. Je beweegt veiliger en comfortabeler. Rollators zijn in vele verschillende types en prijsklassen. Heb je er een nodig omdat je er aan toe bent, dan kan je kiezen om of er een te kopen of er een te huren. De modernere rollators zijn licht gewicht rollators en makkelijk inklapbaar. Je hebt zelfs al types met verlichting. Een rollator kopen kan je vanaf een kleine 200 euro tot 750 euro toe. Voor de duurste heb je dan ook het neusje van de zalm.

Liever huren!

Dan is huren vanaf ongeveer 10 euro per week. Soms wordt een rollator vergoed vanuit de zorgverzekeraar of de Wmo. Vraag dit eerst na voordat u er een koopt.

Waar blijven die?

Heeft u of een van uw familieleden een (lichtgewicht) rollator gebruikt en is deze niet meer nodig, wat doet u ermee? Vertel het ons, zodat wij een beeld krijgen wat er binnen SBW in gebruik is en misschien kunnen wij er andere leden mee blij maken. Laat het ons weten via sbw.activiteiten@gmail.com

Enquête en conclusie

In oktober 2025 hebben wij aan alle leden een enquête formulier toegestuurd, eerst digitaal aan leden, daarna op alle postadressen in de brievenbus. Het aantal teruggekomen formulieren viel een beetje tegen. Je zou een eerste conclusie kunnen trekken van we doen het goed. Want geen reactie is een goede reactie, maar wat dieper in de enquête gedoken dat overigens bestond uit 88 teruggestuurde formulieren, waarvan 42 digitaal (via mail) en 46 papieren enquête formulieren, gaf ons reden om wat meer hier over te vermelden.

Een aantal conclusies hebben we getrokken waar we in 2026 meer kunnen/moeten doen. Hieronder een aantal opsommingen. Op de vraag: Wat vindt u belangrijk dat SeniorenBelang Woensel doet voor haar leden? Daar kwamen een viertal belangrijke scores uit waarvan wij de hoogste twee willen vermelden. Activiteiten en ontmoetingen met andere leden had de hoogste score. Mooie 2e was Informatiebijeenkomsten of lezingen (bv. aan geheugentraining of ouderdomsziektes, hulpmiddelen, notaris enz.

Op de vraag: Bent u geïnteresseerd in ontmoetingsbijeenkomsten antwoorden duidelijk het merendeel af en toe.

Op de vraag: Zou u deelnemen aan (dag)reizen of uitstapjes georganiseerd door SeniorenBelang Woensel, antwoorden slechts 13 personen nee.

Op de vraag: Wat vindt u van de individuele ondersteuning die wij bieden? (zoals bv. belastinghulp enz. antwoorden het merendeel, heb ik nog niet nodig gehad.

Op de vraag: Waar zouden wij ons volgens u meer voor moeten inzetten in de politiek of richting de gemeente?

SBW presenteert Koffieconcert 15 maart Brigit Bolte Zangeres

Zo is zij de zangeres van Groovy Moods, een akoestisch duo, staat ze zelf vaak als solo-artiest op het podium en zit ze bij de pop/rockband No Silence. Met haar Nederlands-talige popmuziek en kleinkunst nummers verovert ze de harten van haar luisteraars.

Zij heeft in 2025 haar eerste eigen lied uitgebracht. "Door de Wind"



Waar: Wijkgebouw De Werf Van der Werffstraat 14

Koffieconcert zondag 15 maart van 11.00 uur tot 13.00 uur

In de pauze koffie/thee met een koffiebroodje

Toegangskaarten € 5,00 p/p

Kaartverkoop: Bestellen via sbw.activiteiten@gmail.com

Kaarten afhalen in de Werf op woensdagmiddag 4 maart

Ook de losse kaartverkoop is op 4 maart (vol=vol)

Daar kunnen wij als vereniging nogal wat mee doen op het gebied van veiligheid, openbaar vervoer, mobiliteit, passend en betaalbaar wonen, of verbetering van de (zorg) thuis. Digitale toegankelijkheid scoorde minder.

Op de vraag: Hoe kunnen wij u beter bereiken of informeren? Was het verrassend dat de meeste personen "via de mail" als antwoord gaf. Een opmerkelijke tip was om een WhatsApp groep te starten. Op de vragen: Zou u wat vrije tijd willen inzetten om onze vereniging goed te laten draaien. Kwamen niet minder dan 33 reacties, waarvan de meeste positief waren. De personen die een positieve reactie hebben gegeven om iets voor de vereniging te willen betekenen al wat het maar op projectbasis of bv slechts voor een paar uurtjes in de maand, die zouden we graag willen uitnodigen in het 1e kwartaal van 2026.

Conclusie

De enquête laat zien dat we nog veel voor onze leden kunnen betekenen en dat er leden zijn die met ons dat voor elkaar willen krijgen maar het moet passen in de beschikbare vrije tijd van de vrijwilliger.



Valpreventie

De meest recente monitor* van het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM) over de ketenaanpak Valpreventie laat zien dat gemeenten in Nederland nog ver verwijderd zijn van de landelijke doelstellingen. Het aantal valincidenten blijft toenemen: meer dan honderdduizend ouderen kwamen op de Spoedeisende Hulp terecht na een val.

Dit is de kop van een artikel dat staat op de website van Senioren Brabant-Zeeland.

Het artikel gaat verder met:

Sinds 2023 ontvangen gemeenten middelen om valrisico's bij ouderen op te sporen en om valpreventietrainingen aan te bieden. Het doel is helder: jaarlijks moet 14 procent van de thuiswonende 65-plussers een valrisicotest krijgen, en 3 procent van de ouderen met verhoogd risico dient een erkende valpreventie cursus te volgen.



Breder oppakken

Volgens Senioren Brabant-Zeeland moet valpreventie veel breder worden opgepakt, in lijn met het concept van positieve gezondheid. Valpreventie zou niet geïsoleerd moeten worden uitgevoerd, maar geïntegreerd in de omgeving, zoals de aanpak van loszittende stoeptegels, veilig fietsen tot je honderdste, leefstijl, thuissituatie en sociale verbondenheid. Daarbij spelen ouderen zelf een belangrijke rol.

Valrisicotest

Senioren voelen de urgentie. Lokale afdelingen en vrijwilligers zetten zich steeds actiever in: zij nemen thuis bij ouderen de valrisicotest af, of bieden deze laagdrempelig aan tijdens de populaire Vitaliteitsdagen. Seniorennetwerken kunnen daarbij een belangrijke schakel vormen tussen gemeenten, zorg, welzijn en ouderen zelf. Ook worden vaak door lokale se-

niorenorganisaties beweegactiviteiten zoals 'Meer bewegen voor ouderen' aangeboden.

Senioren Brabant-Zeeland roept gemeenten, zorgverzekeraars en partners op om samen met de seniorenorganisaties de ketenaanpak nu écht tot uitvoering te brengen. "Het kán, maar alleen als we het samen doen, dichtbij de mensen om wie het gaat."

Conclusie uit het rapport

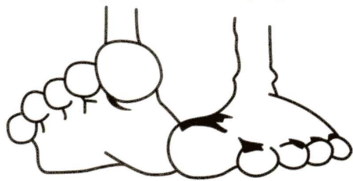
De conclusie uit het rapport is te vinden op de website van Senioren Brabant-Zeeland. Wat wij vooral belangrijk vinden, is dat SeniorenBelang Woensel (SBW) en onze vrijwilligers u willen stimuleren om gezond te blijven bewegen en goede voorlichting te krijgen, zodat het risico op vallen zo klein mogelijk wordt.

SBW gaat daarom door met de Vitaliteitsdagen (valpreventie en opsporing), zoals we die zijn gestart, mits daar voldoende belangstelling voor is. Daarnaast organiseren we samen met onze partners veel voorlichtingsactiviteiten. Komend jaar staat bijvoorbeeld een bijeenkomst over Medicijnen en Alcohol op het programma. Ook op sportief gebied zitten we niet stil: we hebben een mooie samenwerking afgesproken met sportschool El Hatri.

Verder kunt u bij ons terecht voor activiteiten zoals linedance, volksdansen en buiten sporten – allemaal leuke manieren om in beweging te blijven. Heeft u last van balansproblemen en wilt u vallen voorkomen? Dan is een gratis Tai Chi-les zeker het proberen waard.

Voor meer informatie kunt u kijken op de agenda op pagina 6 of bij onze adverteerders. En bent u toch uit balans en is daar weinig of niets meer aan te doen? Lees dan het artikel Huis van Morgen Eindhoven elders in dit blad.

De voetwinkel
Comfort Schoenen
&
Complete Voetverzorging



Tarwelaan 60 | 5632 KG Eindhoven
040-8446452
www.devoetwinkel.nl

**ZIJN UW
ADRESGEGEVENS
VERANDERD
OF HEEFT U EEN NIEUW
(MOBIEL)NUMMER?**

OF E-MAILADRES?

**GEEF DIT EVEN AAN
ONS DOOR A.U.B.**

HARTELIJK BEDANKT!!



**De hovenier
voor een heerlijk
buitenleven.**

Rullen 11A | 5674PC Nuenen | 040 283 29 10



Leden van SBW krijgen korting van 10 % op PVC vloerdelen bij Friestyle-pvcvloeren Brussellaan 2G op vertoon van hun KB0 pas. Kijk voor openingstijden op: www.friestylepvcvloeren.nl

HIER KOMT



**De weg vinden
in wonen, zorg
en welzijn.
Wij maken het helder.**

Heldere informatie, advies op maat en persoonlijke bemiddeling bij wonen, zorg en welzijn. Dat is SeniorenPunt. Hét aanspreekpunt in de regio Eindhoven met meer dan 9.500 woon(zorg)oplossingen voor senioren. Wij zijn er voor u. Voor een korte vraag tot een persoonlijk adviestraject. Bel ons gerust, loop eens binnen of maak een afspraak.

Winston Churchillaan 83 • 5623 KW Eindhoven • 040 220 22 02 • info@seniorenpunt.nl • www.seniorenpunt.nl
SeniorenPunt is een initiatief van Wooninc. en Vitalis WoonZorg Groep. In partnerschap met Woonbedrijf en 'thuis.

**Gelukkig
ouder worden
in uw eigen
wijk?**

Wij staan voor u klaar!
Met ondersteuning en zorg bij u thuis.
En gezellige activiteiten op onze locaties.



Bel **040 265 67 00** en we bespreken
samen wat het beste bij u past.





Dorcas Kringloopwinkel

Shopper voor het goede doel

Open van di/za van 11.00/1600 u

Aanleveren van 13.00/15.30 u

Brussellaan 2a, Eindhoven



DOMMEL uitvaarten
Met Hart & Ziel ...



*Mooie herinneringen maken
het mooiste afscheid ...*



1e Lieve de Keylaan 88 Eindhoven

040-2029815



SJERP
BLOEMEN PLANTEN

De bloemenspecialzaak bij uitstek. De sfeer-
volle winkel biedt een ruim assortiment aan:

- Bloemen
- Planten
- Vazen
- Grafwerk
- Bruidsboeketten

Winkelcentrum Woensel 312 5625 AG Eindhoven

MW.
Sinds 1949

**Marks
Wachters**
notarissen

Eindhoven
Insulindelaan 115
5642 CV Eindhoven

T. (040) 244 88 55
E. info@markswachters.nl
W. www.markswachters.nl

Nuenen

Parkstraat 54
5671 GH Nuenen
T. (040) 283 13 03
E. nunen@markswachters.nl
W. www.markswachters.nl

SeniorenBelang Woensel

Verschijningsdata ONS magazine in 2026

Ons magazine verschijnt in 2026 elf keer, zoveel mogelijk in de laatste volle week van de maand op maandag.

Op onderstaande data zal het magazine bezorgd worden bij de rayonbezorgers. Deze rayonbezorgers bezorgen het in de loop van de week bij de afdelingen.

Editie		Verschijningsdatum (op maandag)
1	Januari 2025	5 januari 2026
2	Februari	26 januari 2026 + Programmaboekje SBW nr.1
3	Maart	23 februari 2026
4	April	23 maart 2026 + Programmaboekje SBW nr.2
5	Mei	20 april 2026 (i.v.m. Koningsdag een week eerder)
6	Juni	18 mei 2026 + Programmaboekje SBW nr.3 (i.v.m. Pinksteren een week eerder)
7/8	Juli/Augustus	22 juni 2026 + Programmaboekje SBW nr.4
9	September	24 augustus 2026
10	Oktober	21 september 2026 + Programmaboekje SBW nr.5
11	November	23 november 2026
12	December	23 november 2026 + Programmaboekje SBW nr.6
1	Januari 2026	14 december 2026 (i.v.m. Kerst eerder)

Aanleveren kopij telkens voor de 1ste van de maand van verschijning.

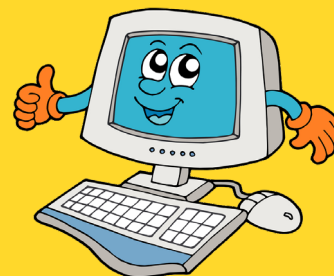
Op bovenstaande data zal het magazine Ons bezorgd worden bij de rayon-bezorgers. Op dezelfde dag halen de verdelers het Magazine op en brengen deze naar de bezorgers. Voor de zaterdag in dezelfde week wordt de Ons met eventuele bijlagen bezorgd bij de leden. Bij calamiteiten meld deze bij uw verdeler of via: sbw.activiteiten@gmail.com

Computer en tablet hulp

Wij hebben iemand bereid gevonden om leden van SBW te helpen bij het oplossen van problemen met hun computer of tablet.

De heer Wil van Hoof, lid bij SeniorenBelang Woensel wil met u kijken of het probleem opgelost kan worden.

Heeft u zijn hulp nodig bel dan: 06-82768082
Hij maakt een afspraak met u.



QR code

Wist u dat u met de QR code op de achterzijde van dit programmaboekje



op de website komt van SeniorenBelang Woensel? Zeker zo handig om alle activiteiten en nieuwtjes te lezen.

Ik heb een droom

Als bestuurslid van SBW, met in mijn portefeuille Nieuwe Activiteiten, spreek ik veel senioren. Ik zie hoe zij steeds vaker zo lang mogelijk zelfstandig moeten blijven wonen. In 2025 zijn wij daarom gestart met Senioren zelf aan zet, met als doel onze leden en andere senioren zo goed mogelijk te informeren en voor te bereiden op zelfredzaamheid. In 2026 geven we hier een stevig vervolg aan.

Zelfredzaam zijn is belangrijk, ook als u het nu nog niet direct nodig heeft. In de toekomst wordt het heel gewoon om langer thuis te blijven wonen. Hulp aan huis zal blijven bestaan, maar niet meer in de vorm van: "Ik bel wel als het zover is en dan is alles geregeld" of "Ik kan dan wel verhuizen". Door onder andere het tekort aan zorgpersoneel zal de zorg anders worden ingericht. Juist daarom is het belangrijk om goed geïnformeerd en voorbereid te zijn op de toekomst.

Na de eerste aftrap hebben we al diverse vervolgactiviteiten georganiseerd, zoals voorlichtingen en trainingen. Samen met het Ouderenfonds boden we trainingen digitale vaardigheden aan, variërend van "Wat is internet?" en het gebruik van QR-codes tot kunstmatige intelligentie (AI). Daarnaast organiseerden we geheugentrainingen voor senioren zonder vastgestelde dementie, die hun geheugen graag actief en fris willen houden. Ook in 2026 zetten we deze voorlichtingen en trainingen voort.

Zoals de titel van dit artikel al aangeeft: ik heb een droom.



Mijn droom is dat wij in Eindhoven, net als in sommige plaatsen in Brabant, een Huis van Morgen realiseren. Een Huis van Morgen Eindhoven – de werknaam – zou een volledig ingerichte woning zijn met hulpmiddelen die het dagelijks leven zo aangenaam en zelfstandig mogelijk maken. Alle ruimtes in de woning zouden voorzien moeten zijn van passende hulpmiddelen. Het huis zou toegankelijk zijn voor professionals, zorgorganisaties én voor mensen die zelf hulpmiddelen nodig hebben. Goede voorlichting

hoort daarbij: welke hulpmiddelen zijn er, wat wordt vergoed en wat past bij welke situatie? Dat zou een echte win-win-situatie zijn voor alle betrokken partijen. Na bezoeken aan Vitalis Kronehoef en het Huis van Morgen in het Limburgse Panningen hebben wij een werkgroep gevormd. Deze

werkgroep moet uitgroeien tot een representatieve groep die het Huis van Morgen Eindhoven vormgeeft en deze droom werkelijkheid laat worden.

Op het moment van schrijven (20 december 2025) bestaat de werkgroep uit vertegenwoordigers van Vitalis, Archipel, Netwerk Dementie, Medipoint en SBW. Wij hopen de werkgroep op korte termijn verder uit te breiden.

Bent u van mening dat u met kennis, ervaring of praktische hulp iets kunt betekenen voor de werkgroep Huis van Morgen Eindhoven, dan nodig ik u van harte uit om contact met mij op te nemen.

Met vriendelijke groet,

Hans Vos
Bestuurslid SBW

Oproep Vrijwillige fotograaf gezocht – Sportcentrum Elhatri

Wij zoeken een vrijwillige fotograaf die onze evenementen vastlegt voor website, social media en promotie.

Takenpakket:

Actiefoto's en sfeerbeelden maken tijdens evenementen
Momenten vastleggen van sporters, publiek en organisatie
Foto's digitaal aanleveren na afloop

Profiel:

Affiniteit met sportfotografie
Zelfstandig, verantwoordelijk en flexibel inzetbaar
Beschikbaar op avonden/weekenden tijdens evenementen

Wij bieden:

Een dynamische werkomgeving
Portfolio-opbouw
Vermelding van jouw naam bij publicaties (waar passend)

Interesse?

Mail naar info@elhatri.nl met een korte introductie en indien mogelijk voorbeeldfoto's.



Bestuur SeniorenBelang Woensel

Secretariaat SBW secretariaat.sbw@gmail.com
0650297692

Wim Smeets w.smeets9@upcmail.nl
0617594130
Voorzitter, Bestaande Activiteiten

Helma van Hoof secretariaat.sbw@gmail.com
0650297692
Secretaris

Joost Mueters joostmueters@gmail.com
0647762389
Penningmeester

Roelie Obispo roelieobispo@gmail.com
0648579976
2e penningmeester

Hannie van Meerten
0623255910
Lid

Dinie van de Heuvel goverdina36@gmail.com
0630110436
Lief en Leed

Theo Bisschops thpmbisschops@gmail.com
Beleid en Belangen

Hans Vos sbw.hansvos@outlook.com
0630004755
Nieuwe Activiteiten

Het uit acht personen bestaande bestuur heeft de taken verdeeld en zijn ook verantwoordelijk voor de taken die achter hun naam staan. U kunt hen bellen of mailen voor antwoorden op uw vragen. Kijk ook voor meer informatie op: www.seniorenbelangwoensel.nl

Ledenadministratie SBW

Tineke Vos ledenadmiesbw@gmail.com
0641675702

Martien van de Moosdijk, plv.
040 - 245 09 01

Redactie SeniorenBelang Woensel

Redactie: Hans Vos
Vormgeving: Henk de Bie
Drukwerk bemiddeling:
Vane Druk & print,
Breedijk 6,
5705 CJ Helmond

Website: www.seniorenbelangwoensel.nl
E-mail: sbw.hansvos@outlook.com
Contact: SeniorenBelang Woensel
secretariaat.sbw@gmail.com
Rekeningnummer:
NL15 RABO 0336831897
te name van:
Seniorenbelang Woensel

NOFOFOON

**Inschrijfformulier**

Ja, ik wil lid worden van SeniorenBelang Woensel, en dan ben ik automatisch lid van KBO-Brabant.
In 2026 betaal ik het gewone contributiebedrag van € 27,50 voor een heel jaar.
Vanaf 1 juli bedraagt het contributiebedrag €15,00 voor het resterende deel van het jaar.

Naam: _____ V / M*

Geboortedatum: _____

Adres: _____

Plaats en postcode: _____

Telefoonnummer: _____

email: _____

*doorhalen wat niet van toepassing is



Graag dit inschrijfformulier in enveloppe met postzegel opsturen naar:
Ledenadministratie SBW, Lingestraat 16, 5626 DZ Eindhoven