



- ZALIG? GEZEGEND? GELUKKIG? OF GEWOON FIJNE FEESTDAGEN? -

Toen ik jaren geleden voorzitter was van de landelijke Unie KBO wenste ik de leden elk jaar een 'Zalig Kerstfeest' toe. Toen we later fuseerden met de protestanten van de PCOB voegde ik daar een 'gezegend Kerstfeest' aan toe. De protestanten zijn immers niet van de zaligheid.

Aan onze kinderen en zeker aan onze kleinkinderen zijn dit soort nuanceringen niet zo besteed. Dat zal voor die van u waarschijnlijk niet veel anders zijn. Zelfs een 'gelukkig Kerstfeest' is al niet meer van deze tijd. Grote delen van onze moderne samenleving weten niet meer waar 'Kerstmis' voor staat en vieren dat feest niet. Moslims vieren geen Kerstfeest. Joden ook niet, maar die vieren in december wel de Chanoeka - het Lichtfeest - en de Boeddhisten vieren op één dag zowel de geboorte, als de dood en de verlichting van Boedha. Om niemand voor het hoofd te stoten, wensen we nu iedereen maar gewoon 'fijne feestdagen'. Jammer eigenlijk, want juist die verschillen maken de samenleving echt kleurrijk. Ruimte geven aan die verschillen en tegelijkertijd goed met elkaar samenleven: dat is de opdracht waar we voor staan.

In al die godsdiensten staat op hun feestdagen 'het licht' centraal. En de betrokkenheid op elkaar. Het zijn feesten, waar de

familie bij elkaar komt en waar gemeenschappelijk wordt gegeten. En mede daardoor zijn het ook de feesten, waar de eenzaamheid des te meer zichtbaar wordt. En daarom roepen alle (geestelijke) leiders hun volgelingen op om tijdens de feestdagen toch vooral oog te hebben voor elkaar. "Laat niemand met de Kerst alleen zijn" is een veelgehoorde oproep. En daar sluit ik me graag bij aan. Na de kerstdagen volgt al snel het volgende feest: de viering van de overgang van oud op nieuw. Ook dit is weer zo'n feest, dat mensen graag zoveel mogelijk samen vieren. Samen terug kijken op het oude jaar en plannen bespreken voor de toekomst.

Ook als bestuur kijken we terug. Het was een druk jaar met veel activiteiten. Zowel voor onze leden, alsook voor alle senioren in onze gemeente. Want dat is een nadrukkelijke beleidskeuze: wij zijn er niet alleen voor onszelf, maar voor alle senioren. Of ze nu lid zijn of niet. Vooral in onze belangenbehartiging en dienstverlening kiezen we voor die brede insteek.

Dé oudere bestaat niet. Ouderen vormen een zeer divers gezelschap met grote verschillen in interesses en mogelijkheden. Sommigen kunnen de ontwikkelingen in de samenleving niet meer bijbenen, anderen staan nog volop

in het leven en in verbinding met de hele samenleving. Velen zijn digitaal vaardig, maar anderen kunnen de snelle ontwikkelingen in de digitale mogelijkheden niet meer volgen. Bijna 30% van onze leden is niet aangesloten op de digitale wereld. Daarom zullen we in het nieuwe jaar ook via een eigen pagina in het Goirles Belang - dat door onze doelgroep goed wordt gelezen - zoveel mogelijk senioren proberen te bereiken.

En we hopen medio januari ons eigen senioren-ontmoetingscentrum te kunnen openen. Dat moet een laagdrempelige plek worden, waar senioren naar toe kunnen voor een 'praatje met koffie'. Waar ze elkaar kunnen ontmoeten en waar ze contacten krijgen, die hen helpen langer zelfstandig te blijven en zo goed oud te worden.

Voor nu wens ik u een zalig/gezegend/gelukkig kerstfeest toe (doorhalen wat niet gewenst) en een goed begin van 2024.



Wil van der Kruijs, voorzitter

- COLOFON -

Secretariaat

Voor algemene informatie bel tel. 06-51908084 of mail naar secretaris@seniorengoirle.nl

Postadres :
Nicolaas Beetsdreef 2,
5051 MT Goirle

Ledenadministratie

Nieuwe leden kunnen zich aanmelden via website www.seniorengoirle.nl
Op onze site kunnen bestaande leden ook wijzigingen van hun gegevens doorgeven. Voor persoonlijk contact bel tel. 06-35609491 of mail naar ledenadministratie@seniorengoirle.nl

Redactie

De volgende nieuwsbrief en het blad Ons verschijnt vanaf 22 januari. Kopij aanleveren is mogelijk tot 11 januari via redactie@seniorengoirle.nl

nb: redactie en bestuur behouden zich het recht voor aangeleverde kopij aan te passen of te besluiten deze niet of slechts deels te plaatsen.

– VOOR IN UW AGENDA –

De volgende Algemene Ledenvergadering van Senioren Goirle is gepland op donderdag 15 februari 2024. Op de agenda in elk geval natuurlijk de jaarrekening 2023 en de begroting voor 2024. Daarnaast de benoeming van een nieuw bestuurslid.

VOORDRACHT NIEUW BESTUURSLID : THEA SWALEN

Met het vertrek van Lucy Roodbol is er in het bestuur een vacature voor het werkgebied "Ontwikkeling". Daaronder vallen alle activiteiten, die te maken hebben met kennis, kunst, cultuur, zingeving en lezen. Het bestuurslid is de gesprekspartner van de Kunstkring, de Kenniskring, de werkgroep Identiteit en Zingeving en de begeleiders van de leesgroepen. Daarnaast geeft het bestuurslid impulsen voor nieuwe ontwikkelingen binnen deze portefeuille. Samen met de andere bestuursleden is dit lid

medeverantwoordelijk voor de algehele gang van zaken binnen de vereniging.

Het bestuur is erg blij, dat Thea Swalen bereid is om deze taak op zich te nemen. Thea is in onze vereniging geen onbekende. Al enkele jaren is zij lid van de werkgroep Kenniskring.

Nadat ze er bijna 30 jaar had gewerkt, nam Thea in 2016 afscheid van haar functie bij onze bibliotheek. Vanwege die rol was Thea een goede bekende in onze gemeenschap. Bij haar afscheid schreef zij "Ik hou van mensen die nieuwsgierig zijn, die zich willen ontwikkelen, die de wereld om zich heen willen begrijpen". En dat is precies, wat we als Senioren Goirle ook willen bereiken.

Thea is bereid om meteen aan de slag te gaan als beoogd bestuurslid. Want officieel is ze natuurlijk pas bestuurslid als de ALV van 15 februari daarmee heeft ingestemd.

Tot 1 februari is er de mogelijkheid om u te melden als tegenkandidaat of kunt u kandidaten aandragen.

– welkom aan 6 nieuwe leden sinds de laatste nieuwsbrief –

Peter Blommerde, Hennie Brekelmans, Nellie Koolen, Hannie van Lokhoff-van Boxtel, Annelies Nijhuis-Kroesen, Corrie de Rooij-van Pul

– KENNISKRING – lezing

Op DINSDAG 23 januari 2024 om 14.00 uur is er een lezing over 'Het aanzien van...': 40 jaar veranderingen in de wereld. De lezing wordt gegeven door Han Bree in CC Jan van Besouw.

Han van Bree is bekend van de boekenreeks 'Het aanzien van...', waarin wordt teruggeblikt op het voorgaande nieuwsjaar. In de afgelopen 40 jaar is de wereld erg veranderd. Reagan en Gorbatsjov maakten plaats voor Trump en Poetin. De Muur verdween, de



Sovjet-Unie viel uiteen en de computer verscheen. Homo maakte plaats voor lhbt+ en de wokebeweging en #MeToo eisten aandacht voor misstanden in de samenleving. Wat zijn in grote lijnen de belangrijkste veranderingen geweest? Op deze vraag

zal Han van Bree op 23 januari 2024 proberen een antwoord te geven. Let op: deze lezing is op dinsdag (in plaats van de gebruikelijke maandag). Belangstellende leden kunnen zich aanmelden door een e-mail te sturen naar kenniskring@seniorengoirle.nl

Uw aanmelding wordt definitief nadat u een bevestiging heeft ontvangen en het bedrag van € 6,- is overgemaakt.

Betalingsinstructies ontvangt u in de bevestiging.

– SAMEN UIT DINEREN – bij restaurant Walhout



Omdat restaurant Walhout op dinsdag gesloten is gaan we er op **woensdag 17 januari en DONDERDAG 18 januari** dineren. U bent van harte welkom vanaf 17.00 en om 17.30 start het diner. De kosten zijn € 20,50 p.p.

exclusief de door u gebruikte drankjes.

Aanmelden: u kunt zich inschrijven van dinsdag 2 januari t/m donderdag 11 januari door (bij voorkeur) te mailen of te bellen.

Voor de **donderdagavond** bij Hannie van de Wal, mailen naar jpvdwal@home.nl of bellen naar: 06-49137366

Voor de **woensdagavond** bij Cecile van Herpt, mailen naar ciliavanherpt@gmail.com of bellen naar 013-5349190.

Als u zich aanmeldt wilt u dan duidelijk uw naam, telefoonnummer én uw lidmaatschapsnummer doorgeven, ook van de andere personen waarvoor u reserveert en waar uw voorkeur naar uitgaat: vlees, vis of vegetarisch. Wanneer u niets van ons hoort is uw naam (of namen) genoteerd. Is de avond al volgeboekt dan bellen of mailen wij u terug.

Mocht u onverhoopt niet kunnen meldt u zich dan tijdig af!!!

– GEMEENSCHAPPELIJK WONEN – waarom en voor wie?



Gelukkig oud worden, samen met anderen is een belangrijk doel van mensen. Het kan verschillende voordelen opleveren: het geeft geborgenheid, je legt makkelijker contacten, bent elkaar tot steun en je kunt met elkaar diensten en zorg inhuren. In een woongemeenschap, in welke vorm dan ook, woon je alleen of met je partner zelfstandig met behoud van privacy. **Mevrouw Hermien Miltenburg** ver-

zorgt op woensdagavond **17 januari om 19.30 uur** een lezing over gemeenschappelijk wonen in de kapel van CC Jan van Besouw, zij is bestuurslid van de **LVGO** (Landelijke Vereniging voor Gemeenschappelijk wonen 50+). Deze vereniging stimuleert het tot stand komen van nieuwe initiatieven en ondersteunt de deelnemers waar nodig. De toegang is gratis voor iedereen. Aanmelden via belangenbehartiging@seniorengoirlle.nl.

– DE DIENSTVERLENING VAN SENIOREN GOIRLE – werk in uitvoering

Onder het kopje “Dienstverlening” vindt u op onze website www.seniorengoirlle.nl een overzicht van de vormen van dienstverlening, zoals we die sinds jaar en dag binnen onze vereniging kennen. De Vrijwillige Ouderenadviseurs (VOA's), de Onafhankelijke Cliëntondersteuners (OCO's) en de Hulp bij het invullen van uw belastingaangiftes.

Al deze vormen van dienstverlening zijn gericht op individuele mensen met een hulpvraag. We leveren deze diensten niet alleen aan onze leden, maar aan alle senioren in Goirle.

Achter de schermen werken we aan een verdere ontwikkeling van meerdere en nieuwe vormen van dienstverlening. Als grootste seniorenvereniging van het dorp vinden we, dat we ook een bijdrage moeten leveren aan de huidige ontwikkeling naar meer 'zelf doen', zodat de professionele zorg te-

recht kan komen bij de mensen die het het hardste nodig hebben.

De onafhankelijke cliëntondersteuners (OCO's).

Als u een beroep wilt doen de WMO - zoals een traplift of hulp bij de huishouding - dan moet u daarvoor in gesprek met de gemeente. Omdat dat voor veel mensen geen dagelijkse kost is en ze daardoor wellicht niet krijgen waar ze recht op hebben, is bij wet geregeld, dat u dan een beroep kunt doen op een onafhankelijke cliëntondersteuner. Senioren Goirle kent een aantal cliëntondersteuners, waar u via clientondersteuning@seniorengoirlle.nl een beroep kunt doen. Ook bij FNV Senioren en bij het Dorpsteam zijn OCO's actief. We hebben er de afgelopen tijd veel energie in gestoken om de samenwerking tussen deze OCO's te verbeteren.

Kitty Kolen – Bestuurslid Dienstverlening

– OVER BEWEGEN EN ONTSPANNEN – een nieuwe cursus bij Senioren Goirle

Het toverwoord van deze tijd om gezond en vitaal oud te worden is bewegen. Gelukkig zijn al veel senioren heel bewust bezig om meer en goed te bewegen. Senioren Goirle organiseert al een aantal jaren verschillende bewegingsactiviteiten voor haar leden. Yoga, wandelen, line dancing, dynamic tennis, MBvO (ook toegankelijk voor niet-leden), jeu de boules, sjoelen en.....er wordt in januari 2024 een nieuwe bewegingsactiviteit opgestart: Qi Gong.

Wat is Qi Gong? Je spreekt het uit als *tsjie ghong*. Het is een onderdeel van de traditionele Chinese geneeskunde. De bewegingen zijn vloeiend en op basis van ademhaling en concentratie. Het lichaam komt in een heerlijke flow en ontspanning. Wellicht herken je de beelden van groepen mensen die vloeiend en in één cadans bewegen in het mooie China. Daar wordt het vooral nog beoefend door de oudere generatie. Die komen dagelijks bijeen in de stadsparken om gezamenlijk te bewegen. Qigong is laagdrempelig, zeer effectief en geschikt voor iedereen, met of zonder bewegingsbeperking. Het wordt ingezet bij (chronische) klachten zoals reuma, parkinson, longklachten, diabetes etc om deze te verlichten. Qigong heeft een groot aantal gezondheidsvoordelen: het verbetert de coördinatie, ontspant het zenuwstelsel, verbetert het evenwicht en werkt daarom als valpreventie. Het bevordert

ook het zelf genezend vermogen en activeert de levensenergie.

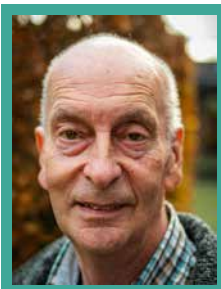


De docente. De cursus wordt gegeven door de Goirlese Nicole van den Boom. 49 lentes jong, getrouwd, 3 kinderen en een hond. Ze is afgestudeerd aan de Bocam beroepsopleiding, en opgeleid tot Qigong docent en therapeut. Op www.chi-nature.nl vind je meer informatie over Nicole en Qigong.

Eerst een proefles. Wij willen natuurlijk eerst weten of er voldoende belangstelling is en u wilt natuurlijk eerst zelf eens ervaren wat Qigong is. Daarom geeft Nicole een proefles op **dinsdag 9 januari** om 10.00 uur in de balletzaal van het Jan van Besouw (lokaal 2008). Het is fijn om gemakkelijke kleding aan te doen. Gymschoenen of sokken met antislip zijn wenselijk. (buitenschoenen zijn in de balletzaal niet toegestaan). We hopen op 9 januari veel mensen te ontmoeten die kennis willen maken met deze nieuwe bewegingsvorm, die erop gericht is om gezond en vitaal oud te worden. Om mee te doen aan deze proefles kunt u zich telefonisch aanmelden via 06-46660550 of per mail: ontspanning@seniorengoirlle.nl.

Astrid van Grondelle – Bestuurslid Ontspanning

- IN DE SCHIJNWERPERS - Vrijwilliger van de maand : Chris Brock [Goirle, 1950]



Even wat achtergrond om Chris Brock te plaatsen: hij woonde oorspronkelijk in de Kerkstraat en woont momenteel op de Bakertand in een boerderij die van zijn opa en oma was. De Bakertand is een oeroud gehucht van Goirle, het was in de jongste geschiedenis (na 1996) vijftien jaar Tilburg, maar is nu weer Goirle. Chris ging als kind naar de Tarcisius-school, als opgroeiende jongen naar het gymnasium van de Scheutisten in Vught, bekwaamde zich tot fysiotherapeut, en werkte als zodanig 40 jaar lang in het TweeSteden Ziekenhuis. In 2016, bij de fusie van TweeSteden met Elisabeth, is hij met pensioen gegaan. De laatste jaren was hij naast behandelend fysiotherapeut ook organisatorisch manager van de paramedische behandelafdelingen. Door Piet Verschure z.g. is hij gevraagd vrijwilliger te worden binnen KBO Goirle. Chris zet zich op woensdagochtend in voor een groep van 43 personen: "meer bewegen voor ouderen", in de

Vendelier. Mensen die weinig aan sport gedaan hebben of door beperkingen en leeftijd aangepaste vormen nodig hebben. Kracht, mobiel blijven, evenwicht, coördinatie en valpreventie zijn hier belangrijk. Daarnaast komt Chris bij mensen thuis als onafhankelijk cliëntondersteuner of ouderenadviseur. Opgeleid door KBO Brabant probeert hij als vrijwillige onafhankelijke cliëntondersteuner mensen te ondersteunen bij zelfredzaam te blijven. Samen met hen zoeken naar oplossingen en zo nodig begeleiden van een Wmo-aanvraag richting gemeente. Chris benadrukt dat hij altijd voor iedereen, lid of geen lid, bereikbaar is op 06 81 55 81 82 en via chrisbrockkbo@gmail.com. Dus heb je zin om mee te doen bij Meer Bewegen Voor Ouderen of heb je advies en steun nodig, bel of mail! Neem wel contact op voor je de aanvraag doet! Hij vindt het belangrijk dat hij dit werk als vrijwilliger mag doen. Ik vraag hem of die gedrevenheid iets met de Scheutisten van wel- eer te maken heeft. Hij herleidt zijn gedrevenheid uit zijn ervaringen in zijn jeugd. Zijn ouders hadden opa en oma in huis, het was vanzelfsprekend dat ze voor hen zorgden. Als er iets in de

buurt was, werd er geholpen. Het naoberschap waar de BBB op ha- mert was schering en inslag in Goirle. We spreken elkaar de dag na de stembusgang. Hoe kan het dat de PVV in Goirle zo veel stemmen gekregen heeft? In de mooiste gemeente van het land! Waar het verenigingsleven bloeit als nergens anders! Waar er beleidsmatig zo goed gekeken wordt naar de minima! Chris Brock snapt het wel: Goirle was een arm textieldorp, veel 80 plussers hebben het nog altijd arm. Aangepaste woningen en voldoende zorg en aandacht is er niet meer. Ze voelen zich niet ge- hoord en gezien, een nummer op de wachtlijst. Omgekeerd scha- men ze zich en laten zij zich niet zien, behalve in het stemhokje dus. Zijn wij de mooiste gemeen- te? Het is gewoon niet waar, dat zijn allemaal loze praatjes. Chris gelooft stellig dat we veel meer naar elkaar om moeten zien en elkaar moeten helpen, als vrijwil- liger, want straks is er geen be- taalde zorg meer. Niet in woord maar ook met daad.

Ben Loonen



In memoriam

Mw. N. Poos-Haans
Mw. C. van der Borg-Eikholt

Wij wensen familie en
naasten veel sterkte toe

CURSUS OPERA : Wellicht hebt u in de vorige nieuwsbrief onze uitnodiging gemist. Vandaar deze verkorte uitnodiging deel te nemen aan onze opera cursus die wij in januari en februari van het volgend jaar gaan organiseren. De cursus wordt gegeven door ervaren en enthousiaste sprekers van Operaclub Nederland. Zij leiden u aan de hand van beeld- en geluidsfragmenten door de wereld van deze kunstvorm, die aan het einde van de zestiende eeuw ontstond in Florence, Italië. Meer bijzonderheden over de inhoud van deze cursus vindt u in de vorige nieuwsbrief op onze website www.seniorengoirlle.nl.

De presentaties worden gehouden op : Donderdagmiddag 18 en 25 januari, 1 februari, 22 en 29 februari 2024. **Tijd:** 14.00 tot circa 17.00 uur, met een koffie/theepauze. **Plaats:** Wijkcentrum De Wildacker, van Hogendorpplein 73, Goirle. De kosten van deze cursus bedragen € 35,00 inclusief koffie/thee in de pauzes. Leden kunnen zich aanmel- den door een mail te sturen naar kunstkring@seniorengoirlle.nl. Uw aanmelding wordt definitief nadat u een be- vestiging heeft ontvangen en u het cursusgeld heeft overgemaakt. Betaalinstructies ontvangt u in de bevestiging.

BRIDGEN BIJ SENIOREN GOIRLE : Iedere dinsdagochtend wordt er in De Deel van 09.30 uur tot 12.00 uur gebridget. Het mooie van onze club is, dat je alleen kunt komen en dat je je ook niet hoeft aan te melden: je kunt gewoon binnen lopen en mee spelen. U bent niet verplicht om een (vaste) bridge partner mee te nemen. Iedere week speel je met iemand anders. Er zijn uiteraard hele goede spelers en ook bridgers die het spel minder machtig zijn. Ben dus niet bang als je nog een beginner bent. Zoals dat bij Senioren Goirle past, hebben we natuurlijk een koffiepauze, waar je met andere spelers contacten kunt leggen. De ervaring leert, dat er dan thuis-bridgeclubjes en ook vriendschappen ontstaan. **Nieuwe deelnemers zijn van harte welkom.** Meld je even aan bij Anske Nauta via 013-5342525 of via elanco@home.nl.