



Post
van Ine Sieben

De stamtafel in de zomer

Het gaat goed met de **Stamtafel** in de Marmot. Met als drukst bezochte onderwerp in dit seizoen Chat-GPT en AI. Ruim 40 mensen wilden weten wat dat was en wat je er mee kon. Complimenten voor de nieuwsgierige senioren van Goirle en voor Lucas, stagiair van Mainframe, die ons introduceerde in de wereld van de kunstmatige intelligentie.

Mensen die mee hebben gedaan en nog vragen hebben, kunnen zich melden bij marmot@seniorengoirlle.nl voor verdere uitleg. Gamoesch, Wies en Marcel staan voor u klaar.

We sloten het seizoen af met een persoonlijk verhaal door Mohammad Alwadi en we lieten ons afgelopen maand ook nog informeren over alcoholvrije wijn door Jan Aartsen van Wijnhandel van Bilsen.

In juni starten we met de wekelijkse **Zomerstamtafel**. Drie maanden lang kunt u zelf bepalen wie komt spreken aan onze tafel. De eerste vrijwilligers hebben zich al gemeld: laat u dus verrassen.

Misschien hebt u zelf een interessant verhaal dat u wil delen of kent u iemand die u wel eens aan de zomerstamtafel wil horen? Wie kunt u ons aanbevelen? Geef uw tips en ideeën door aan onze gastvrouwen: Joke, Wilma en Anneke en we gaan er mee aan de slag.

De Marmot blijft de hele zomer open en de koffie staat klaar. De vrijwilligers van de Marmot wensen u een fijne zomer.



Senioren Goirle

75 jaar jong

samen goed oud worden

lid worden ? meld u aan via
www.seniorengoirlle.nl

vragen of reageren ? mail naar
redactie@seniorengoirlle.nl

Samen uit Brunchen bij Den Overkant in Riel

Op **dinsdag 17 en woensdag 18 juni** gaan we uitgebreid brunchen bij Den Overkant met o.a. soep, broodje kroket en onbeperkt koffie en thee. U bent van harte welkom vanaf 12.00 u en het brunchbuffet start om 12.30 u. De kosten zijn € 22,50 p.p. exclusief de door u gebruikte drankjes. U kunt zich aanmelden vanaf 28 mei t/m 5 juni door (bij voorkeur) te mailen of te bellen.

Voor de dinsdag bij Hannie van de Wal,
jpvdwal@home.nl,
tel: 06-49137366

Voor de woensdag bij Cecile van Herpt,
ciliavanherpt@gmail.com,
tel: 013-5349190



Vermeld bij inschrijving:

- Naam, telefoonnummer en lidmaatschapsnummer van u en de evt. andere personen waarvoor u reserveert.
- En waar uw voorkeur naar uit gaat: vlees, vis of vegetarisch

Hoort u niets van ons dan staat u ingeschreven. Is de middag volgeboekt dan bellen of mailen wij u. Mocht u onverhoopt niet kunnen meld u zich dan tijdig af. Dit kan tot 24 uur vóór aanvang van de brunch. Daarna wordt er € 20,00 in rekening gebracht voor de gemaakte kosten.

Het ‘trouwbankje’

De tuin van de Marmot is een aanwinst voor de buurt. Frans en Stef werken er nagenoeg dagelijks aan om die tuin perfect te onderhouden.

In dit mooie decor staan ook twee bankjes. Ideaal voor stelletjes, die hun 50-jarig huwelijk willen vieren. Zoals onlangs het geval was met Henk Verhagen en zijn vrouw Willie, die actief is bij Senioren Tilburg. Henk is niet alleen een trouwe bezoeker van de Marmot, maar zet zich vooral ook



in voor de promotie van het koersballen. Elke woensdagmiddag wordt dat spel gespeeld door onze gasten. Wij wensen de gouden feestelingen nog veel gezonde jaren met elkaar.

Waarschuwing!!

Voor leden die een mailtje ontvangen van
voorzitter85@gmail.com.

Dat is een nepadres en dus geen mail van onze voorzitter.

Workshop ‘Veilig op de fiets’



Fietsdocent Frans Lueb begon de ochtend met een aantal quizvragen, waardoor de deelnemers actief ook hun eigen ervaringen konden inbrengen. Er werd uitgebreid stilgestaan bij het gebruik van helmen en spiegels. De nieuwe verkeersregels en -borden die daarna aan de orde kwamen waren niet bij iedereen bekend. Omdat iedereen met de eigen fiets was gekomen, kon Frans Lueb veel laten zien m.b.t. zadels, pedalen, de maat van de fiets en de instap. Met een klein fietsparcours werd dit onderdeel afgesloten. Fysiotherapeut Anne de Rooy gaf feiten en cijfers over fietsongevallen. Zij vertelde hoe de functionele achteruitgang van ouderen, zoals gehoor, zicht en mobiliteit invloed heeft op het veilig kunnen blijven fietsen. Met nieuwe inzichten en kennis gingen de deelnemers enthousiast op de fiets weer naar huis.

Mocht u de workshop ‘Veilig op de fiets’ gemist hebben?
Kom dan naar de workshop,

speciaal voor 50 plussers “Veilig op de pedalen” van Veilig Verkeer Nederland op maandag 2 juni van 10.00 tot 12.00 uur in Goirle.

Net als de vorige workshop bestaat ook deze uit een uur theorie en een uur praktijk, met diverse belangrijke oefeningen zoals balans- en coördinatie en voor spierkracht, reactievermogen, valpreventie en lenigheid. U hoeft uw fiets niet mee te nemen. De exacte locatiegegevens krijgt u van VVN in de retourmail.

Aanmelden:

Via de website van Veilig Verkeer Nederland, <https://vvv.nl/agenda> of met behulp van de QR-code.



Voor vragen kunt u contact opnemen met VVN 088-5248850

robben groene energie

Thuisbatterijen,
slim geregeld!

- Zonnepanelen
- Smart Energy
- Warmtepompen
- Energieopslag
- Laadpunten



Hilvarenbeek - 013 2400048 - www.robbenenergie.nl



Problemen met
Tv, Radio of
internet?

RV-Electronics
Onderhoud, Verkoop & Reparatie

HiFi, TV & Domotica

0618393330

www.RV-Electronics.nl

www.wijnkoperijvanbilsen.nl



wijnkoperij **van bilsen**

Korvelseweg 45 | 5025 JB Tilburg

wij zijn pas tevreden als

jij dat bent!



oogwereld | egbers

Tilburgseweg 76, Goirle
013 534 8567 • oogwereld.nl



T 013 - 534 25 60

E info@janderooy.nl

WWW.JANDEROOY.NL



T 013 - 530 08 11

E info@fysioderooy.nl

WWW.FYSIODEROOY.NL

www.delaatslaapexpert.nl

Puur luxe in hoog-laag slaapcomfort!



Het advies van
een echte slaapexpert!

déLaat
SLAAP
EXPERT

Diessen,
Willibrordusstraat 1 Tel.: 013 504 28 23

Bladel,
Sniederslaan 41 Tel.: 0497 38 24 33



zelfstandig adviseur

De buurtzame bank



DE ECHTE MAKELAAR

makelaardij@appels.nl

013 - 534 91 15

WWW.APPELS.NL