

de
MARMOT

Afscheid Ine Sieben en start zoektocht naar een opvolger



Ine Sieben heeft vanaf het begin leiding gegeven aan de ontwikkeling van de Marmot. Ze vindt het nu tijd voor wat anders en heeft haar werkzaamheden met een gerust hart overgedragen aan het kernteam. Ze wil, zich tot uiterlijk maart 2026 nog blijven inzetten voor de succesvolle Stamtafel, totdat er een opvolger gevonden is. Die wil ze ook graag goed inwerken. Het bestuur en alle Marmoters zijn Ine zeer erkentelijk voor haar enorme inzet. We zullen haar zeker missen.

We zijn dus op zoek naar iemand die haar kan vervangen bij de organisatie van de Stamtafel. Als je meer wilt weten over wat deze taken inhouden, neem dan contact op met de voorzitter van Senioren Goirle via 06-55772993.

Docente line dancing gevraagd

Voor groep van 10-15 enthousiaste senioren.
Info bij
secretaris@seniorengoirlle.nl
of 06-51908084



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

‘Welzijn, dat gaat (niet) vanzelf’,
lezing door Andreas Wismeijer

Op maandagavond 20 oktober om 19:45 uur geeft psycholoog Andreas Wismeijer een lezing in CC Jan van Besouw die de kenniskring van Senioren Goirle samen met het Vrouwenetwerk Goirle organiseert.



Hoe bereik je echt welzijn en geluk in het leven? De zoektocht lijkt soms eindeloos, met stapels zelfhulpboeken als gids. Maar wat als het antwoord eigenlijk eenvoudiger is dan we denken? Spreker Andreas Wismeijer onthult de waarheid over welzijn op een heldere en humoristische manier. Tijdens zijn boeiende lezing worden feiten en fabels over welzijn ontrafeld. Wat is welzijn eigenlijk, en hoe

verhoudt het zich tot geluk? Hoe kun je je welzijn echt verhogen? Is het belangrijker om leuke dingen te beleven of om vervelende dingen te voorkomen? En wat is het belang van emoties, en hoe kun je ze het beste reguleren?

Na deze inspirerende sessie zul je welzijn en geluk met nieuwe ogen bekijken. Je zult beseffen dat jijzelf de sleutel in handen hebt om je welzijn te verhogen.

Kosten: € 7,50
inclusief koffie/thee ;
niet leden betalen € 10,00
Tijd: 19.45 – 22.00 uur ;
aanmelden:
kenniskring@seniorengoirlle.nl

Word Mobiliteitsmaatje
Help senioren weer op weg!

Veel senioren vinden het openbaar vervoer of andere vervoersopties spannend of ingewikkeld. Daardoor blijven ze vaker thuis en wordt hun wereld kleiner. Als Mobiliteitsmaatje help jij hen letterlijk en figuurlijk weer op weg. Bijvoorbeeld door samen met iemand een eerste rit naar het ziekenhuis of de markt te maken. Vanuit de organisatie krijgt u begeleiding om dat “vak” goed te kunnen uitoefenen. U bepaalt zelf hoeveel tijd u inzet.

Al vanaf 1 dagdeel per maand kunt u het verschil maken. Natuurlijk stemmen we met elkaar af wanneer u beschikbaar bent en welke activiteiten het beste bij u passen. Dit najaar plannen we de eerste training. Als u geïnteresseerd bent, kunt u contact opnemen met Nynke van der Kallen van het bureau DTV, dat dit dan met de gemeente Goirle organiseert.
nynkevanderkallen@dtv.nl
of 06 - 121 65 960

KUNST door de BRIEVENBUS:
opnieuw een vervolg!

Genieten van tekenen en knutselen blijft het doel van dit leuke project, dat in oktober begint aan het derde seizoen. In dit project krijgen deelnemers om de week een creatieve opdracht. Door een subsidie van Gemeente Goirle, Annetje van Puijenbroek, Senioren Goirle en Senioren Belangen Riel kost deelname aan dit project helemaal niets. Iedereen kan meedoen! Het nieuwe seizoen start op 4 oktober 2025 en loopt tot april 2026.

Wat is nieuw? In dit derde seizoen is er een groepje actief dat met veel enthousiasme de tweewekelijkse creatieve opdrachten bedenkt voor u als deelnemer. Het zijn: Emmy Muis, Ann van de Sande, Gonnie Nijskens, Magda van de Ven, Thea Swalen en Joshe Lansdaal.

Wil jij ook graag meedoen en leuke opdrachten ontvangen? Neem dan telefonisch of per mail contact op met Thea Swalen: kunstdoordebrievenbus@seniorengoirlle.nl of 06-29038591. Aanmelden graag **vóór 1 oktober** met vermelding van uw naam, adres, telefoonnummer en zo mogelijk e-mailadres.

Spelregels

De Marmot is een plek waar alle senioren welkom zijn. Je kunt er koffie drinken of meedoen aan activiteiten. Soms zijn er meerdere activiteiten op een dag en dan botst dat, want er is maar één ruimte. Daarom hebben we enkele eenvoudige spelregels opgesteld.

- De Marmot is elke middag van 13.00 tot 16.00 uur open en op woensdag-

ochtend vanaf 10 uur. Gedurende die tijden is er vrije inloop.

- Vanaf 14.00 uur kán er een activiteit zijn, zoals de Stamtafel of een cursus. Dan vragen we de gasten om daar rekening mee te houden.

De data voor de Stamtafel staan altijd in de nieuwsbrief en dat geldt ook voor cursussen.

Organisatie Marmot

De dagelijkse leiding ligt bij een kernteam, bestaande uit Hennie de Bruijn (voorzitter), Clary van Erven (secretaris) en Elly Hoogendoorn (verantwoordelijk voor het soepen) Als u klachten heeft, geldt de aloude regel: “Bent u tevreden, zeg het anderen. Bent u niet tevreden, zeg het Hennie” via train96@home.nl Wilt u ruimte reserveren? Mail dan met de secretaris via marmot@seniorengoirlle.nl En bedenk altijd: het zijn de vrijwilligers die het doen!

wij zijn pas tevreden als
jij dat bent!

 oogwereld | egbers

Tilburgseweg 76, Goirle
013 534 8567 • oogwereld.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

robben **groene energie**

Thuisbatterijen,
slim geregeld!

- Zonnepanelen
- Smart Energy
- Warmtepompen
- Energieopslag
- Laadpunten



Hilvarenbeek - 013 2400048 - www.robбенenergie.nl

 Problemen met
Tv, Radio of
internet?

RV-Electronics
Onderhoud, Verkoop & Reparatie

HiFi, TV & Domotica

0618393330
www.RV-Electronics.nl

www.wijnkoperijvanbilsen.nl

19 1923
2023

wijnkoperij **van bilsen**

Korvelseweg 45 | 5025 JB Tilburg


RegioBank
zelfstandig adviseur
De buurtzame bank

 **APPELS**
DE ECHTE MAKELAAR

makelaardij@appels.nl
013 - 534 91 15
WWW.APPELS.NL

 **DE ROOY**
SPORTCENTRUM
Sporten met plezier en persoonlijke aandacht!

T 013 - 534 25 60
E info@janderooy.nl
WWW.JANDEROOY.NL

 **DE ROOY**
FYSIOTHERAPIE
Sportfysio- en manuele therapie

T 013 - 530 08 11
E info@fysioderooy.nl
WWW.FYSIODEROOY.NL