



Beste leden,

Wat hebben we een fantastische Algemene Ledenvergadering gehad afgelopen week in het Rozenhof. Het was heel goed verzorgd, het is een fijne ruimte en ja, de perikelen rondom het geluid waren alleen wat minder. Het kraakte en het piepte, maar de rest was goed. Met 54 leden was het een van de best bezochte ledenvergadering van de afgelopen jaren. Tijdens deze vergadering is per acclamatie Gonny Boetzkes als nieuw bestuurslid aangenomen en is de periode van Mieke Jacobs verlengd. Dat brengt het aantal bestuursleden op dit moment op 6, met nog de vacature voor de penningmeester. Zoals vermeld bij het voorlezen van het jaarverslag wordt het mijn laatste jaar als voorzitter, maar afhankelijk van de ontwikkelingen ga ik volgend jaar verder als penningmeester, als dat tegen die tijd nog niet is ingevuld natuurlijk.

Het jaarverslag is terug te lezen via:

[https://
www.seniorencentrumhelmond.nl/
files/2025/04/jaaroverzicht-2024-1.pdf](https://www.seniorencentrumhelmond.nl/files/2025/04/jaaroverzicht-2024-1.pdf).

De notulen van de ledenvergadering van 2024 zijn tijdens deze bijeenkomst goedgekeurd en er werd gevraagd waarom dit niet van tevoren is gepubliceerd, zodat mensen zich hierop hadden kunnen voorbereiden. Echter, alleen de ledenvergadering is gerechtigd deze notulen goed te keuren en pas dan mogen ze gepubliceerd worden. De notulen van 27 maart en 17 oktober 2024 zullen we publiceren op onze website, want die zijn nu goedgekeurd. We zullen de notulen van 9 april 2025 als concept op onze website publiceren.

Tijdens de vergadering wordt het jaarverslag van 2024 voorgelezen. Daarnaast behandelen we de resultaten en bevindingen van de kascommissie en de begroting. Ook dit jaar hebben we weer de

"Hellemond Gift" uit mogen delen aan leden die een ander lid ingebracht hebben. Echter, het blijft mensenwerk, en ook nu hadden we er helaas 2 gemist; dit wordt uiteraard nog goedgeemaakt. Er werd gevraagd of het bekend is waarom mensen het lidmaatschap opzeggen (sinds afgelopen jaar vragen we dit). De reden hiervoor is meestal: "Ik ben te oud en kan niet meer meedoen". Daarnaast zijn er natuurlijk leden die zijn overleden, maar dat is het wel zo'n beetje. Er werd ook nog gevraagd waarom introducé(e)s voor de activiteiten slechts een klein bedrag extra moeten betalen. Het antwoord hierop is dat we graag willen dat deze mensen lid worden en ze betalen alleen bij wat wij als vereniging bijdragen aan de activiteit. Ook was er een vraag over de afdracht aan Senioren Brabant Zeeland. Dit is helemaal uitgelegd en als bestuur ervaren wij van onze moederorganisatie ook veel steun. Afsluitend heeft Gerry (activiteitencommissie) ons meegenomen door de fotoalbums van afgelopen jaar.

Er staat weer een nieuw recept in dit journaal, ik heb het Hollands pannetje met jachtsaus van vorige maand gemaakt, het was heerlijk. Het recept in dit Journaal hoort in deze tijd thuis: asperges.

Hennie de Gooijer, voorzitter



NIEUWE LEDEN

De heer M.A.R.M. van de Pol
Mevrouw G.F.M. van de Pol-Melis
De heer A. van den Broek
Mevrouw D. Houtepen



Overleden

Mevrouw J.C. Hanssen

ACTIVITEITEN

Spelletjes dag in Steunpunt Rozenhof



Op **17 juni** willen we een spelletjesdag organiseren in Rozenhof. De deur gaat open om

10.30 uur. We beginnen natuurlijk met een kopje koffie of thee. Als het goed weer is, is er gelegenheid om samen met Gerry van Liempt een stukje te wandelen in het Hortensiapark. Gaat u niet mee wandelen dan kunt u spelletjes doen. Neem gerust uw eigen spellen mee zoals kaarten, Rummikub of Mens erger je niet. Er is ook een Jeu de boules-baan aanwezig. Ook sjoelbakken en koersbal staan klaar, maar u kunt natuurlijk ook gewoon gezellig wat buurten. Als de wandelaars rond 12.30 uur terug zijn krijgen we een lunch aangeboden. Na de lunch kunt u weer doorgaan met de spelletjes of een ander spel uitproberen. Rond 16.30 uur is het afgelopen. De drankjes die u tussendoor gebruikt, zijn voor eigen rekening. De prijs voor deze dag is € 10,00 per persoon, inclusief 2 koffie/thee, soep en 1 fris. U kunt zich tot **10 juni** opgeven op de gebruikelijke manier.

Wij wensen u alvast veel plezier!

Jaarlijkse busreis op dinsdag 1 juli

Op 1 juli hebben we weer onze jaarlijkse busreis. Dit keer is het een gemengde bus/bootreis. We vertrekken om 8.00 uur (dus om 7.45 uur op de parkeerplaats Rembrandtlaan zijn). We rijden eerst naar Vaals voor een heerlijk kopje koffie/thee met Limburgse vlaai.

Daarna genieten we van een mooie tocht



door de Eifel. De eerste stop is bij de Ruhrsee, waar we aan boord gaan voor een ontspannen boottocht. Na de boottocht krijgen we een traditionele "Eifelplatte"-lunch en daarna vervolgen we onze route door de idyllische dorpjes van de Eifel. Elk dorpje vertelt zijn eigen verhaal.

Vervolgens arriveren we in Monschau, een historisch stadje met smalle straatjes, vakwerkhuizen en gezellige pleintjes. U heeft de tijd vrij om Monschau te verkennen en op eigen tempo te genieten van de unieke sfeer.

Aan het einde van de middag keren we terug naar Vaals, waar we de dag op het hoogste punt van Nederland afsluiten met een heerlijk diner.

Deze reis kunnen we u aanbieden voor de prijs van € 85,00 en niet-leden betalen € 93,00. Deze bij aanmelding te voldoen op de gebruikelijke manier. De bankrekening staat achter op het Journaal. Meld u vlug (**uiterlijk 23 juni**) aan want vol=vol. Maximaal 50 personen. Bij te weinig deelneming gaat de reis niet door.

VERSLAGEN

Verslag bezoek Marciënne op 9 april

Op 9 april jl. reden we naar Duitsland voor een bezoek aan de breifabriek Marciënne. We hadden nu maar een kleine bus, er waren deze keer erg weinig aanmeldingen.

Het was zeker net zo gezellig. We werden weer ontvangen met koffie en een stuk vlaai. Deze keer werden we ook verrast met een glas jus d'orange of een glas bubbels.



Het bedrijf bestaat nu 30 jaar en ook vanwege Pasen, zoals te zien op de takken met paaseieren. Er werd weer mooie kleding geshowd door de dames. Daarna konden we in de winkel het nodige inslaan. Degenen

die nog nooit in de fabriek geweest waren konden daar nu een rondleiding krijgen. Rond 17.00 uur gingen we voldaan huiswaarts.

Uitslag paaspuzzel

De oplossing van de puzzel is:

"compostbak"

De volgende personen ontvangen nog een prijsje:

Mevrouw Soethout
Mevrouw Vrijken
De Heer van de Broek

- advertentie -



Sport en bewegen/valpreventie
Telefoon: 0492-347071
E-mail: valpreventie@jibbplus.nl
Website: www.jibbplus.nl

Wilt u ook úw advertentie in dit blad?

- € 50,- per editie (7x9 cm staand of liggend)
- 11x per jaar,
- oplage ca. 400 stuks

Meld u aan bij:

secretaris@seniorencentrumhelmond.nl.

Paasbrunch bij Rest-O-Ricus (1)

Enkele dagen geleden hadden we een ledenvergadering. Deze werd zo druk bezocht dat er tafels en stoelen bij gezet moesten worden. Tijdens deze vergadering werd een oproep gedaan om bij de volgende bijeenkomst bij Rest-O-Ricus, niet te vroeg aanwezig te zijn, en dit is redelijk gelukt!

Bij binnenkomst werd er rondgegaan om te vragen wat je wilde drinken. Hierna kregen we een kom tomatensoep, gemengde salade, gebakken krieltjes (pommes Parisiennes), biefreepjes en kipfilet. Na een hoop gebuurt en lol waren we toe aan het toetje: fruitmix, ijs, pudding, slagroom. Iedereen gaf aan dat het weer geweldig was en had hun buikje rond. Ricus had medelijden met ons en had nog een programma fitness in gedachten, zodat we niet meer naar de sportschool hoefden.

Al bij al een goed geregelde middag door onze vrijwilligers, onze dank hiervoor.

Groetjes en tot de volgende keer.

Gijs Meulenmeesters

Paasbrunch bij Rest-O-Ricus (2)

We hebben afgelopen donderdag een memorabel paasdiner gehad. Door een bedieningsfout van een van onze leden, ging de lift bij Rest-O-Ricus stuk. Dan sta je dus ineens met een elektrische rolstoel en 20 rollators boven! Een spoedmonteur bracht uitkomst: hij heeft de elektrische rolstoel

(Lees verder op pagina 5.)

Foto's Paasbrunch van 17 april jl.



(Vervolg van pagina 3.)

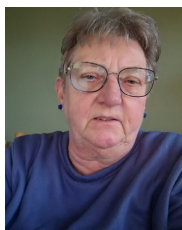
met 2 mensen die echt niet konden traplopen naar beneden begeleid in de lift. De rest is onder begeleiding van het personeel van Rest-O-Ricus via de trap naar beneden geholpen. Er zijn gelukkig geen ongelukken gebeurd maar bij sommigen zat, eenmaal op vaste grond, de schrik er nog wel wat in. Complimenten voor de medewerkers van Rest-O-Ricus!

**Namens het Bestuur, de voorzitter,
Hennie de Gooijer**



**Bestuurslid
Fondsenwerving
en Penning-
meester
Doe Mee aan
Onze Missie!**

Leden huidig bestuur:



Hennie



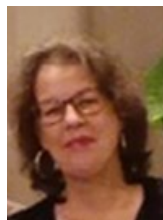
Peter



Miny



Mieke



Mariken



Gonny

Activiteiten steunpunt Rozenhof



Elke week kunt u meedoen met:

- Woensdag 14.00-16.30 uur **KOERSBAL**
Koersbal is een van de meest populaire sporten onder Nederlandse ouderen.

Het lijkt een beetje op de bekende Franse jeu-de-boules en wordt vooral binnen beoefend. Doordat koersbal geen zware inspanning vereist, kan de sport tot op hoge leeftijd beoefend worden. We zoeken hiervoor nog nieuwe deelnemers.

- Donderdag 13.30-16.30 uur **BILJARTEN** met biljartvereniging Rozenhof.
- Vrijdag 14.00-16.00 uur **SJOELEN**.

Voor deze activiteiten kunt u zich aanmelden aan de bar in het Rozenhof of vragen naar Hans Spierings of Nelly van

Recept mei (van Hennie de Gooijer)

Tagliatelle met asperges en roomsaus voor 5 personen, van Hennie de Gooijer

1. Schil **750 gram** asperges rondom met een dunschiller vanaf vlak onder het kopje naar beneden en verwijder de houtachtige onderkant. Snijd in dunne plakjes.
2. Kook **375 gram** tagliatelle volgens de aanwijzingen op de verpakking. Kook de asperges de laatste 5 min. mee. Giet af en doe terug in de pan.
3. Bereid ondertussen **1¼ zakje mix voor tagliatelle of 1 potje carbonara-saus** volgens de aanwijzingen op de verpakking. Meng met de tagliatelle en de asperges.
4. Scheur **100 gram** Parmaham in kleine stukjes en voeg toe aan de pasta. Snijd een bosje verse bieslook (naar smaak) fijn en strooi over de pasta. Breng op smaak met peper en zout en meng goed.



Wij zijn altijd benieuwd naar hoe het gesmaakt heeft. Stuur uw reactie naar:
redactie@seniorencentrumhelmond.nl

AGENDA VASTE ACTIVITEITEN 2025

Koffie met een tablet



ter AA

de Bibliotheek
Helmond-Peel



Datum	Locatie	Onderwerp
20 mei	Geseldonk	Veilig Online
22 mei	De Ark	Veilig Online
6 juni	Bibliotheek Helmond de Peel	Veilig Online

Na de vakantie volgt een nieuw programma. Voor 2025 is ervoor gekozen om nog op 3 locaties deze bijeenkomsten te plannen. Aanmelden is altijd noodzakelijk. Dit kan via Bibliotheek Helmond de Peel 0492-522220.

Bijeenkomst De Schabbert 2^e vrijdag van de maand Aanvang 10.30 uur

Helaas is het programma van mei afgelast in verband met de vakantie. Het volgende onderwerp vindt plaats op 13 juni en wordt nog nader bekend gemaakt.

Zoals gewoonlijk staat de koffie bruin!



06-22616134

De Schabbert

Nachtegaallaan 215
06-15375646

LEV GROEP

06-40944887

Verslag bijeenkomst de Schabbert op 11 april jl.: Slaapoefertherapie

Met een klein groepje heeft Anke Schoones alles verteld over slaapoefertherapie. Deze therapie wordt via de aanvullende verzekering van uw ziektekostenverzekering vergoed.



Slapen is niet voor iedereen vanzelfsprekend en tips werken niet bij iedereen gelijk, maar vaak door erover te praten komen er toch ideeën waardoor slapen beter lukt.

Slaappillen kunnen voor even een hulpmiddel zijn, maar dat is nooit blijvend. Ook in het geval van eventuele verslaving hieraan kan Anke helpen daar vanaf te komen.

Het grijze gezelschap dat er zat, zou ongeveer 6 à 7 uur slaap moeten hebben op een dag. Dan mag je de dutjes overdag meetellen.

Tot slot kregen we nog een kleine oefening ter ontspanning, wat ook helpt om in slaap te vallen. Al met al een interessante presentatie. Ze is gevestigd in Paramedisch Centrum West, Mierloseweg 132, 5705 AR in Helmond. Kijk voor meer info op: www.slaapoefertherapie.nl.

Noot van de redactie

In verband met de komende zomer-vakantie zult u na het nummer van juni geen juli-editie ontvangen. In het juni nummer worden echter wel gewoon de activiteiten die in juli plaatsvinden opgenomen. In overleg met de activiteitencommissie is besloten dat u eind juli het augustus-nummer van ONS en het Journaal weer gewoon tijdig ontvangt.

Wilt u meer informatie hierover, dan kunt u contact opnemen met de activiteitencommissie, Miny Verhoeven, of met de voorzitter, Hennie de Gooijer (zie achterzijde van het Journaal).

Puzzel Zweeds

stieren- vechter	▼	waagstuk	▼	regel- maat	▼	geestelijk	▼	bewind- voerder	▼	4
arts		biljart- stok	▼					aanwij- zend vnw.	▼	
▼	2	▼				pl. in Gel- derland	▼			
mannelijk dier	▼			terdege	▼	7				
weezien				een weinig	▼					
▼						golfterm	▼			
boogbal		voor- zetsel	▼		onder andere			schaak- stuk	▼	
▼		voor- zetsel	▼		langs					
▼			televisie	▼		zangstem	▼			
			Chinese deegwaar			drinkgerei				
hartelijk	voorbij	▼		ijshut	▼			3		zalf
	tel	▼		Griekse letter	▼					
5	▼						personal computer	▼		
kleur	▼						reet	▼		
naald- boom					put- emmer	▼				
▼			vlakke- maat		vorsten- titel	▼				
					afsluit- middel	▼				
kelner		binnen- vaartuig	▼	6		zangstuk		vies		
▼		lerland	▼							
▼				insect	▼			1		
				roofdier	▼					
veeleer	▼						heden		en andere	
Engelse titel										
▼			oordeel	▼						
vrucht	▼		8		gehoor- zaal	▼				

©www.puzzelpro.nl

1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---

COLOFON

activiteiten@seniorencentrumhelmond.nl

Miny Verhoeven
Tel: 06-12992395
Ruusbroecstraat 150
5702 AZ Helmond

voorzitter@seniorencentrumhelmond.nl

Hennie de Gooijer
Tel: 06-22616134
Dierdonkstraat 7
5709 MG Helmond

secretaris@seniorencentrumhelmond.nl

Correspondentieadres:
Lijsbeth van Villynstraat 14
5706 MJ Helmond

Coördinator aandacht voor ouderen:
Gonny Boetzkes
Tel.: 06-14350325

webmaster@seniorencentrumhelmond.nl

Peter Krom

redactie@seniorencentrumhelmond.nl

Mariken van Bree
Tel: 06-21576946

Voor alle wijzigingen, zoals verhuizing,
e-mailadres etc.:

leden@seniorencentrumhelmond.nl

Mieke Jacobs,
Tel: 06-20766829
Anemoonstraat 20
5701 EN Helmond

penningmeester@seniorencentrumhelmond.nl

VACANT (Voorlopig waargenomen door Hen-
nie de Gooijer)

Bankrekening (voorlopig nog t.n.v. KBO
Bernadette):

NL88 RABO 0138 7256 40

Hulp nodig? Bijvoorbeeld hulp bij het invul-
len van uw belastingformulier, WMO-
cliëntondersteuning, hulp van een vrijwillige
ouderenadviseur, stuur dan een e-mail
naar: info@vboh.nl of bel 0492-792392.



**Inzenden van kopij voor uitgave
juni 2025 kan tot uiterlijk
14 mei 2025.**

NOTEER DEZE (VOORLOPIGE) MAANDACTIVITEITEN VAST IN UW AGENDA:

