



STICHTING WELZIJN OUDEREN DONGEN

Dongepark 1
5102 DB Dongen
0162-375296

activiteiten@swodongen.nl

Welkom bij de winteractiviteiten 2023

De wintermaanden blijken voor velen lang te duren. De dagen zijn kort en de avonden lang. In navolging van de fijne zomeractiviteiten nodigen we u uit om deel te nemen aan de winteractiviteiten. Bijna alle activiteiten vinden plaats in de gemeente Dongen en worden samen met lokale organisaties georganiseerd.

Doe mee en ga gezellig samen op pad. Neem vrienden en vriendinnen mee.

Wilt u het navolgende s.v.p. goed doorlezen!

U kunt zich voor de activiteiten van januari inschrijven tot en met **27 december 2022**. Voor de activiteiten van februari en maart kunt u zich inschrijven tot en met **24 januari 2023** via onze website www.swodongen.nl of het formulier afgeven op het kantoor van SWOD, Dongepark 1, hoofdgebouw Mijzo Dongen, op werkdagen van 09.00 uur tot 11.30 uur.

Onze voorkeur gaat uit naar het aanmelden via de website. Mocht dat niet lukken treft u achterin het boekje een inschrijfformulier met een totaaloverzicht van de activiteiten, vul s.v.p. één formulier per persoon in. Zet op dit formulier uw gegevens, zoals naam, adres, telefoonnummer, uw bankrekeningnummer en als u een computer heeft zeker uw mailadres. Op het activiteitenoverzicht zet u in de laatste kolom een kruisje bij de activiteit waaraan u wilt meedoen. Het is handig om voor uzelf in uw agenda of in het boekje te noteren aan welke activiteiten u meedoet.

- U kunt per persoon voor meerdere activiteiten inschrijven.
- U dient zelf zorg te dragen voor begeleiding indien u rolstoelgebruiker bent.
- De deelname geschiedt op eigen risico.
- Het aantal deelnemers per activiteit staat vermeld.
- Inschrijving geldt in volgorde van binnenkomst (vol = vol).
- Het verschuldigde bedrag schrijven wij met uw eenmalige machtiging van uw rekening af, bij annulering uwerzijde is restitutie van de deelnemersbijdrage niet mogelijk.
- Er kunnen foto's gemaakt worden. Indien u dit niet wenst graag vooraf aan ons doorgeven.
- U krijgt geen aparte bevestiging van uw inschrijving. Bij een online aanmelding krijgt u een ontvangstbevestiging in uw mail. Als de activiteit onverhoopt niet doorgaat, krijgt u tijdig bericht.
- Als u bent verhinderd, bel dan a.u.b. in de ochtend naar 0162-375296, zodat wij niet onnodig op uw komst hoeven te wachten. Let op: restitutie van de deelnemersbijdrage is niet mogelijk.

De activiteiten zijn rolstoeltoegankelijk. Indien er hierop een uitzondering is, staat dat bij de activiteit genoteerd. Als u zelf geen vervoer heeft, dan kunt u misschien samen met anderen iets afspreken of het vervoer regelen via ANWB AutoMaatje; bereikbaar op werkdagen tussen 09.00 uur en 11.30 uur op nummer 0162-375333.

Met het insturen van uw inschrijfformulier geeft u aan op de hoogte te zijn van de bovenstaande bepalingen.

We wensen u hele fijne winteractiviteiten!

Dinsdag 10 januari 2023



Oliebollenborrel Maria-oord

Op 10 januari nodigt Stichting Maria-oord u uit om eens lekker na te praten over de afgelopen feestdagen en elkaar een goed nieuwjaar toe te wensen. Deze gezellige oliebolborrel wordt van 14.30 tot 16.30 uur georganiseerd in de Refter bij het Klooster en kunt u deelnemen aan een leuke Brabantse quiz.

Uiteraard zullen de heerlijke oliebolletjes en bijpassende drankjes niet ontbreken. Komt u ook?

Tijd: 14.30 tot 16.30 uur
Locatie: Stichting Maria-oord
Hoge Ham 25
5104 JA Dongen
Kosten: € 7,50 per persoon
Aantal deelnemers: maximaal 50 personen

Donderdag 19 januari 2023

Maak van een flesje een mooi vaasje

Het is gewoon leuk om creatief bezig te zijn. Onder het genot van een lekker kopje koffie of thee gaat u samen met Ineke en Lia aan de slag om mooie creaties voor thuis te maken. Dat zal er leuk uitzien met een mooie (droog)bloem!



Tijd: 14.00 tot 16.00 uur
Locatie: Ontmoetingsruimte Dr. Maassen
Minister Goselinglaan 4-05
5103 BJ Dongen
Kosten: € 4,50 per persoon (inclusief koffie/thee en materialen)
Aantal deelnemers: 8 tot 20 personen

Vrijdag 20 januari 2023

Rondleiding Hubertuskerk Dongen-Vaart

De eigenaren van de kerk, Wouter en Liesbeth de Zwart, stellen hun woning open voor bezichtiging. Bent u benieuwd hoe de kerk er uit ziet nu de verbouwing klaar is? Meld u dan aan voor deze rondleiding.

Voor de waaghalzen is het mogelijk om onder begeleiding de kerktoren te beklimmen. Dit is geheel afhankelijk van de mobiliteit van de gast. De begane grond van de kerk is rolstoel toegankelijk. Er wordt voor een kopje koffie of thee en een lekker stukje appelgebak gezorgd, dit is inbegrepen.

Tijd: 10.00 tot 12.00 uur
Locatie: Hubertuskerk
Vaartweg 108
5106 NE Dongen-Vaart
Kosten: € 7,50 per persoon
Aantal deelnemers: 8 tot 20 personen

Dinsdag 24 januari 2023

Verbindende bijeenkomst



Eind 2021 is SWOD door de gemeente gevraagd om extra aan de slag te gaan met het thema eenzaamheid onder ouderen.

Josja Biessen van de organisatie Biessonder maakt speciaal voor ons een programma, waarbij ze graag haar kennis over eenzaamheid op een interactieve manier aan overdraagt. Tevens wordt er een onderling gesprek aangegaan over waarden; wat vind jij belangrijk in je leven? En hoe vind je dat nu terug? Zou je dat anders willen?

Het mooie lokale aanbod dat er is op het gebied van welzijn van ouderen wordt tevens onder de aandacht gebracht.

Tijd: 13.30 tot 16.00 uur
Locatie: De Cammeleur
Hoge Ham 126
5104 JK Dongen
Kosten: gratis
Aantal deelnemers: 10 - 25 personen

Woensdag 25 januari 2023



Rondleiding bij Marel

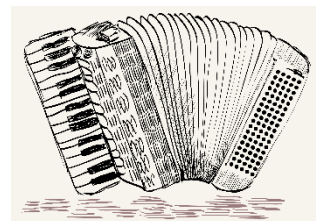
Speciaal voor SWOD organiseert Marel (Voorheen Stork) een rondleiding voor de winteractiviteiten. Al ruim zestig jaar lang vervaardigt de productielocatie in Dongen machineonderdelen voor Marel Poultry, de pluimveetak binnen het wereldwijd toonaangevende bedrijf Marel.

De eindproducten, hoogwaardige voedselverwerkende systemen, worden in de Marel vestiging in Boxmeer samengesteld. Marel is wereldwijd marktleider als leverancier van verwerkingssystemen voor de pluimvee-, vlees- en visindustrie.

Let op: tijdens de rondleiding zult u trappen moeten lopen.

Tijd:	14.00 tot 16.30 uur
Locatie:	De Nestel 25 5107 RL Dongen
Kosten:	gratis
Aantal deelnemers:	8 tot 30 personen

Vrijdag 27 januari 2023



Optreden Ad en Celia

Celia aan de accordeon en Ad achter de microfoon brengen u samen terug naar vroegere tijden. Om 14.00 uur wordt u van harte welkom geheten met een kopje koffie of thee waarna u vanaf ongeveer 14.30 uur fijn kan luisteren of mee kan zingen met liedjes van toen. Ad en Celia treden ongeveer een uur op waarna u onder het genot van een tweede kopje koffie of thee gezellig na kunt praten.

Tijd:	14.00 tot 16.00 uur
Locatie:	Ontmoetingsruimte Dr. Maassen Minister Goselinglaan 4-05 5103 BJ Dongen
Kosten:	€ 3,00 per persoon inclusief 2 x koffie of thee
Aantal deelnemers:	8 tot 25 personen

Vrijdag 3 februari 2023

Samen lunchen bij de Rooi Pannen



Wilt u genieten van een lekkere en luxe drie gangen lunch verzorgd door leerlingen? Bezoek dan het restaurant van de Rooi Pannen voor een onvergetelijke ervaring. Op locatie aan de Dr. Ahausstraat 1 in Tilburg kunt u terecht bij één van de mbo-restaurants in het kloostergebouw La Chapelle. Bij dieetwensen verzoeken we u dit met uw aanmelding aan SWOD door te geven.

Tijd: aanvang 12.00 uur
Locatie: De Rooi Pannen, Doctor Ahausstraat 1, 5042 EK Tilburg
Kosten: € 12,50 per persoon, exclusief consumpties
Aantal deelnemers: 10 tot 35 personen

Vrijdag 10 februari 2023

High Tea bij ontmoetingsruimte Dr. Maassen



Na de geslaagde zomereditie organiseren we deze winter weer een High Tea bij dr. Maassen. In de gezellige ontmoetingsruimte worden verschillende zoete en hartige hapjes mooi geserveerd met een lekker kopje thee of koffie. Onder het genot van al dat lekkers kan er gezellig bijgepraat worden. Dat wordt een leuke en vooral ook lekkere verwenmiddag!

Tijd: 14.00 tot 16.30 uur
Locatie: Ontmoetingsruimte Dr. Maassen,
Minister Goselinglaan 4-05, Dongen
Kosten: € 10,00 per persoon inclusief koffie of thee
Aantal deelnemers: 8 tot 40 personen

Dinsdag 21 februari 2023

lezing door dkt. L. Birker, huisarts te Dongen

Als we ouder worden, raadplegen we vaker de huisarts en komen dan in aanraking met de medische zorg. Deze zorg verandert sterk. Dokter L. Birker zal vertellen over zijn werk, de zorg, de gang van zaken in de dokterspraktijk. Hij zal ons ook wijzen op dingen die wij zelf kunnen doen voor een goede gezondheid. U mag vragen stellen als ze niet op u persoonlijk betrekking hebben.

Tijd: 10.00 tot 12.00 uur
Locatie: Europlus, Dunantstraat 28, Dongen (west 1)
Kosten: € 3,00 per persoon inclusief 2 x koffie of thee
Aantal deelnemers: 10 tot 40 personen

Woensdag 1 maart 2023



Winterwandeling met gids door 's Gravenmoer

In het mooie kerkdorp 's Gravenmoer raken we niet uitgekeken. We verzamelen bij de Geubel en vertrekken vanaf het parkeerterrein. Dhr. Bert Faro zal ons vertellen over de natuurlijke omgeving, de monumentale panden en de geschiedenis van 's Gravenmoer.

Na ongeveer een uur tot anderhalf uur sluiten we af bij de Geubel met een kopje koffie of thee om nog even wat na te babbelen.

Let op; minder toegankelijk voor rolstoelgebruikers.

Tijd: 13.30 tot 15.30 uur
Locatie: Hoofdstraat 4
5109 AC 's Gravenmoer
Kosten: € 3,00 per persoon (incl. koffie of thee)
Aantal deelnemers: 10 - 30 personen

Vrijdag 3 maart 2023

Muziekbingo bij dr. Maassen



Een muziekbingo is een bingo met op de bingokaart titels van Nederlandstalige liedjes waarvan een fragment (waarin de titel voorkomt) ten gehore wordt gebracht.

Deze keer geen getalletjes aankruisen maar luisteren naar diverse herkenbare muzikale nummers en als dit nummer op uw bingokaart staat kruist u hem aan. Er kan ook heerlijk meegezongen worden.

De rest snapt u wel. En er zijn natuurlijk leuke prijzen te verdienen.

Tijd: 13.30 tot 16.00 uur
Locatie: Ontmoetingsruimte Dr. Maassen
Minister Goselinglaan 4-05
5103 BJ Dongen
Kosten: € 8,50 per persoon inclusief 2 x koffie of thee
Aantal deelnemers: 15 tot 40 personen

Dinsdag 7 maart 2023

Rondleiding bij Vermeulen Catering



Vermeulen Catering is de vaste maaltijdleverancier van SWOD. Zowel de maaltijden van de maaltijdvoorziening als de maaltijden voor de eetpunten worden hier bereid. Bent u ook benieuwd hoe het er in zo'n grote keuken aan toe gaat? Dan heeft u nu uw kans om een kijkje te nemen bij dit mooie bedrijf.

De familie Vermeulen en hun personeel heten u welkom met een kopje koffie of thee om u daarna rond te leiden en uw vragen te beantwoorden.

Tijd: 10.30 tot 12.30 uur
Locatie: Vermeulen Catering, Heistraat 25
4909 BD Oosteind
Kosten: gratis
Aantal deelnemers: 10 tot 30 personen

Dinsdag 14 maart 2023

Op excursie bij Keurslagerij Van Strien



De Keurslagerij is wijd en zijd in de omgeving bekend en heeft vele landelijke prijzen gewonnen.

Marco is heel creatief en hij zal ons zeker verrassen met zijn nieuwe producten door te vertellen, te showen en natuurlijk kunnen we proeven!

Hij zal groot vlees uitsnijden en daar uitleg over geven. Tijdens het uitsnijden worden we voorzien van een hapje en drankje.

Het zal ons ongetwijfeld aan niets ontbreken.

Tijd: 13.30 tot 16.00 uur
Locatie: Hoofdstraat 64
5109 AD 's Gravenmoer
Kosten: € 12,50
Aantal deelnemers: 20 tot 32 personen

Donderdag 16 maart 2023

Creatief met Nellie



Nellie Kuijsters is een ontzettende creatieve dame. Geef haar papier en schaar en er ontstaat iets moois. U wordt ontvangen met een kopje koffie of thee en gaat samen met haar aan de slag om een leuke cadeauverpakking te maken.

Aan het einde van de middag bent u fijn bezig geweest en gaat u naar huis met een unieke cadeauverpakking.

Tijd:	14.00 tot 16.00 uur
Locatie:	Ontmoetingsruimte Dr. Maassen Minister Goselinglaan 4-05 5103 BJ Dongen
Kosten:	€ 7,00 per persoon (inclusief koffie/thee en materialen)
Aantal deelnemers:	6 tot 20 personen

Maandag 20 maart 2023

Winterafsluiting Maria-oord

Winterafsluiting 'meej kletsproat'



Wat een eer dat we de winteractiviteiten mogen afsluiten met jullie. Hoe bijzonder ook dat we dit doen op de dag dat officieel de winter eindigt. We ontvangen u graag maandag 20 maart van 16.30 uur tot 18.30 uur in de Refter op Maria-oord waar we traditionele erwtensoep met roggebrood en spek serveren. Dit gevolgd door een zoete lekkernij met borrel. Om elkaar beter te leren kennen lijkt het ons leuk om met elkaar het gesprek aan te gaan deze dag. Dat doen we met leuke vragen, feitjes en anekdotes. Hoe goed kent u uw metgezellen aan tafel? In ieder geval kennen jullie elkaar beter als u weer naar huis gaat ☺

Tijd:	16.30 tot 18.30 uur
Locatie:	Stichting Maria-oord Hoge Ham 25, 5104 JA Dongen
Kosten:	€ 6,50 p.p. alles inclusief
Max. aantal deelnemers:	60 personen

Theek 5 heeft in de eerste maanden van 2023 een mooi scholingsaanbod voor u. Kijk onderstaand aanbod rustig even door en bij interesse kunt u zich aanmelden bij de bibliotheek.



Theek5

Klik en Tik op de iPad

Dinsdagen 24, 31 jan. en 7 feb. van 14.00-16.00 uur.

Heb je moeite om de weg te vinden op internet? Dat kan lastig zijn! Want internet wordt steeds belangrijker in het dagelijks leven. Wil je ook weten waar al die knoppen voor zijn op je iPad? Kom naar de cursus Klik en tik op de iPad in de Cammeleur, € 15,- incl. kopje koffie/thee. Aanmelden in de bibliotheek of via www.theek5.nl/klikentik

Klik en Tik op de Android tablet

Woensdagen 18, 25 jan. en 1 feb. van 14.00-16.00 uur.

Heb je moeite om de weg te vinden op internet? Dat kan lastig zijn! Want internet wordt steeds belangrijker in het dagelijks leven. Wil je ook weten waar al die knoppen voor zijn op je Android tablet? Kom naar de cursus Klik en tik op de Android tablet in de Cammeleur, € 15,- incl. kopje koffie/thee. Aanmelden in de bibliotheek of via www.theek5.nl/klikentik

Doe meer met je DigiD

Woensdagen 22, 29 mrt., 5 en 12 apr. van 9.30-11.30 uur.

Overheden verwijzen burgers steeds vaker naar hun digitale loketten en dat zal de komende jaren alleen maar verder toenemen. Maar nog niet iedereen is vertrouwd met het regelen van deze zaken op de pc, tablet of smartphone. In de Cammeleur, € 15,- incl. kopje koffie/thee. Tijdens deze cursus leer je:

- hoe handige informatie te vinden is en digitaal aanvragen bij je gemeente
- te zien wat de overheid al over je weet, zoals de opbouw van jouw AOW
- hoe je je DigiD kunt aanvragen en gebruiken
- het aanvragen van toeslagen bij de Belastingdienst
- hoe gebruik te maken van overheid.nl en regelhulp.nl

Aanmelden in de bibliotheek of via www.theek5.nl/digisterker

Internetbankieren met de Rabobank incl. privacy en veiligheid

Woensdagen 26 april en 3 mei van 14.00-16.00 uur. In de Cammeleur. Gratis.

In deze cursus krijg je uitleg over het online regelen van jouw bankzaken bij de **Rabobank**. Na afloop kun je veel geldzaken zelf regelen via jouw computer, tablet of smartphone. Waar en wanneer je maar wilt. Ook krijg je handige tips over privacy en veiligheid op het internet.

- Je krijgt uitleg over het online regelen van jouw bankzaken bij de Rabobank
- Je gaat onder begeleiding direct zelf aan de slag.
- Je krijgt tips en adviezen over veilig online bankieren.

In een groep van maximaal 8 personen ga je onder begeleiding van de adviseurs van de Rabobank aan de slag en de informatie over veiligheid en privacy wordt gegeven door de mediacoach van bibliotheek Theek 5

De bibliotheek zorgt voor laptops, maar als je wilt internetbankieren op tablet of smartphone dan graag jouw eigen apparaat mee nemen.

Aanmelden in de bibliotheek of via www.theek5.nl/digisterker

Inschrijfformulier

Onze voorkeur gaat uit naar het aanmelden via de website www.swodongen.nl

U kunt zich voor de activiteiten van januari in schrijven tot en met **27 december 2022**. Voor de activiteiten van februari en maart kunt u zich inschrijven tot en met **24 januari 2023** via onze website www.swodongen.nl of het formulier afgeven op het kantoor van SWOD, Dongepark 1, hoofdgebouw Mijzo Dongen, op werkdagen van 09.00 uur tot 11.30 uur.

Graag 1 formulier per persoon invullen. Aan de achterkant kunt u bij de activiteit waaraan u deel wenst te nemen een kruisje zetten.

Eenmalige machtiging

S€PA

Stichting Welzijn Ouderen Dongen
Postbus 144
5100 AC Dongen
Incassant ID: NL46ZZZ411001130000

Door ondertekening van dit formulier geeft u toestemming aan: Stichting Welzijn Ouderen Dongen om een eenmalige incasso-opdracht te sturen naar uw bank om een bedrag van uw rekening af te schrijven wegens Winteractiviteiten 2023 en uw bank om eenmalig een bedrag van uw rekening af te schrijven overeenkomstig de opdracht van: Stichting Welzijn Ouderen Dongen. Als u het niet eens bent met deze afschrijving kunt u deze laten terugboeken. Neem hiervoor binnen acht weken na afschrijving contact op met uw bank. Vraag uw bank naar de voorwaarden.

Naam: _____

Straat: _____

Postcode en plaats: _____

Telefoonnummer: _____

Rekeningnummer[IBAN] _____

Plaats en datum: _____

E-mail adres: _____

Geboortedatum: _____

Handtekening: _____

Ik ontvang graag nieuwsbrieven van SWOD en geef daarom toestemming om mijn e-mail adres daarvoor te gebruiken. **Ja / Nee** (omcirkel uw keuze)

Activiteiten 2023

In de laatste kolom graag een kruisje zetten indien u deel wenst te nemen.

Eén formulier per persoon gebruiken en vul op de andere kant uw gegevens in:

nr.	wat	datum	in	kosten	wanneer	deelname
1	Oliebollenborrel Mariaoord	10-1-2023	Dongen	€ 7,50	middag	
2	Creatief met flesjes	19-1-2023	Dongen	€ 4,50	middag	
3	Kerk Dongen Vaart	20-1-2023	Dongen-Vaart	€ 7,50	ochtend	
4	Verbindende bijeenkomst	24-1-2023	Dongen	gratis	middag	
5	Rondleiding bij Marel	25-1-2023	Dongen	gratis	middag	
6	Optreden Ad en Celia	27-1-2023	Dongen	€ 3,00	middag	
7	Lunch Rooi Pannen	3-2-2023	Tilburg	€ 12,50	middag	
8	High tea	10-2-2023	Dongen	€ 10,00	middag	
9	Lezing huisarts	21-2-2023	Dongen	€ 3,00	ochtend	
10	Wandeling 's Gravenmoer	1-3-2023	s Gravenmoer	€ 3,00	middag	
11	Muziekbingo	3-3-2023	Dongen	€ 8,50	middag	
12	Vermeulen Catering	7-3-2023	Oosteind	gratis	ochtend	
13	Slagerij Van Strien	14-3-2023	s Gravenmoer	€ 12,50	middag	
14	Maak een cadeauverpakking	16-3-2023	Dongen	€ 7,00	middag	
15	Afsluiting Maria-oord	20-3-2023	Dongen	€ 6,50	namiddag	

Wij wensen u veel plezier!

Werkgroep Winteractiviteiten:

Nellie Bakermans, Wim van Beek, Colinda Blous, Anke Dirkse,
Willem Embrechts, Ans Fessl en Lia Verkooijen

Met speciale dank aan alle deelnemende organisaties!

