Nieuwsbrief januari 2026

STICHTING WELZIJN OUDEREN DONGEN

Onderdeel van Dorpsteam Dongen

De Winteractiviteiten 2026 zijn gestart!

Na enkele dagen uitstel vanwege het winterse weer zijn we op 12 januari van start gegaan met de Winteractiviteiten. En wat een mooie start!

Bij de Jeu de Boules is er in de fijn verwarmde hal een gezellige partij gespeeld en werd het eerste boekje van Max Vitaal overhandigd.

Bij Maria-oord is er genoten van warme appelflappen, een kleine quiz en vooral gezellig bijpraten na de feestdagen.

Bij Dr. Maassen was men creatief bezig voor de vogeltjes en de Risk Factory heeft veel inwoners van nuttige informatie voorzien. Een dochter van bezoekers aan de Risk Factory vertelde ons nadien hoe haar ouders van deze activiteit hadden genoten. Het was gezellig én nuttig! Op 11 februari organiseren we een extra bezoek aan de Risk Factory. Hier zijn nog enkele plaatsen voor beschikbaar.

Rabo Jongerensupport

In september heeft u allemaal mogen stemmen op de mooie actie van de Rabobank; de Rabo Clubsupport. Dit jaar hadden ze een extra actie waarin jongeren een unieke kans geboden werd om hun ideeën waar te maken. Lyanne, al jaren vrijwilliger bij SWOD, had een mooie pitch gehouden over een vrijwilligersfestival en daarmee € 250,- gewonnen. En dat was nog niet alles! Ze mocht haar idee indienen met de kans om € 5.000,- te winnen zodat het uitgevoerd kan worden. Ook dat is gelukt! Dus in september gaat het gebeuren:

Vrijwilligersfestival "Samen Dongen, Samen Tijd" Een feestelijke dag waar ontmoeting, plezier en betekenis centraal staan en waarbij het motto "In Dongen doen we dingen samen", centraal staat.

Museum Plus Bus 2026

Stichting Welzijn Ouderen Dongen is dit jaar weer ingeloot voor een museumreis voor Dongense senioren. Deze reis is bedoeld voor senioren die niet meer zelfstandig naar een museum kunnen gaan en die belangstelling hebben voor cultuur. Zonder de bus geen Rembrandt of Van Gogh voor deze mensen en dat zou jammer zijn.

Dit culturele uitstapje wordt aangeboden door diverse musea in Nederland en gefinancierd door de Vrienden Loterij.

De Museum Plus Bus rijdt voor de senioren uit de gemeente Dongen op woensdag 4 maart 2026 naar het Van Abbemuseum te Eindhoven. In het museum is er een rondleiding met tevens de mogelijkheid om ook nog zelfstandig rond te kijken.

Dagprogramma: De bus arriveert om 08.30 uur bij de opstapplaats, Dongepark 1.
De bus vertrekt stipt om 09:00 uur naar Eindhoven.

09:00	Vertrek opstapplaats
10:30	Aankomst bij het Van Abbemuseum
10:35	Koffie in het museumcafé
11:15	Start rondleidingen
12:15	Einde rondleidingen
12:30	Lunch in het leslokaal
13:30	Gelegenheid tot zelfstandig rondkijken
14:45	Vertrek uit het Van Abbemuseum
15:15	Vertrek bus
16:45	Aankomst opstapplaats

Er is in de bus voor maximaal 45 personen plaats, inclusief een beperkt aantal rolstoelen of rollators (geen scootmobiel). De bus heeft een rolstoellift.

Er geldt een eigen bijdrage van € 16,50 per persoon ten behoeve van een lunch in het café van het museum.

Aanmelden is mogelijk tot en met 16 februari.

Voor meer informatie en/of het aanvragen van een inschrijfformulier kunt u mailen naar activiteiten@swodongen.nl. of op werkdagen tussen 09.00 en 11.30 uur bellen naar het kantoor van SWOD op nummer 375 296.

Op 12 januari is het nieuwe Max Vitaal-boekje officieel uitgereikt.

Wethouder René Jansen overhandigde het boekje symbolisch aan Kees Willemse, één van de deelnemers die vaak meedoet aan activiteiten van SWOD. Ook werd het boekje overhandigd aan Leon Buijs, de voorzitter van Jeu de Boules club Dongen.
De Jeu de Boules Club is één van de aanbieders van Max Vitaal.

Proberen zonder meteen lid te worden

Max Vitaal is voor inwoners van gemeente Dongen die ouder dan 55 jaar zijn. Met dit initiatief kunnen zij gratis of voor een klein bedrag kennismaken met sportieve, creatieve en culturele activiteiten. Het doel is om mensen te stimuleren om in beweging te blijven, nieuwe contacten te leggen en actief deel te blijven nemen aan activiteiten.

In het Max Vitaal-boekje staan meer dan zestig verschillende activiteiten. Er is voor iedereen iets te kiezen. Zo kunnen deelnemers meedoen aan wandelgroepen, yoga, zwemmen of danslessen. Ook inwoners die liever creatief bezig zijn, vinden passende activiteiten. Door het brede aanbod kunnen zij op een laagdrempelige manier iets nieuws proberen.

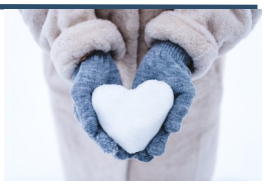
Het Max Vitaal-boekje is op te halen bij:

- De Cammeleur
- SWOD
- Natuurlijk Tomaat
- Europlus
- Dr. Maassen
- BART
- Het gemeentehuis
- De Geubel
- Coop

Doe mee!

Blader door het Max Vitaal-boekje en ontdek wat er allemaal te doen is in Dongen. Van sport tot muziek en van dans tot creatieve workshops, er is voor iedere 55-plusser iets leuks te vinden. Meer informatie en het online boekje zijn te vinden op: www.maxvitaal.nl.

Trots en dankbaar!



Begin dit jaar werden we allemaal verrast door stevig winters weer. Het pak sneeuw was erg mooi om te zien, maar tegelijk zorgde het ook voor gladheid op de wegen en stoepen en daardoor voor overlast voor het verkeer. Zelfs onder deze omstandigheden hebben de vrijwillige maaltijdbezorgers alle maaltijden aan huis bezorgd. Ook werden er ritten gereden voor AutoMaatje. Wat zijn we trots op alle vrijwilligers!

Dorpsteam Dongen 1 JAAR!

Op 17 februari vieren wij onze eerste verjaardag. Dat doen we natuurlijk graag samen met alle inwoners van Dongen!

Wij zoeken een passende slogan voor 2026! Heb jij een goed idee voor een korte tekst die bij Dorpsteam Dongen past? Vul jouw zelfbedachte slogan in via onderstaande link en win een heerlijke prijs!
Vul hier jouw zelfbedachte slogan in: Winactie - Dorpsteam Dongen 1 jaar! - Formulier invullen.

Namens het hele Dorpsteam; op naar een nóg mooier Dongen! Samen bouwen we aan een gemeente waarin iedereen mee kan doen.

1 op 1 trainingen voor Scootmobielrijders

Een scootmobiel is een uitkomst als je niet meer zo makkelijk beweegt. Je kunt er zelfstandig op uit, bijvoorbeeld voor familiebezoek of boodschappen. Maar rijden met een scootmobiel in het soms drukke verkeer is zo makkelijk nog niet. Ook verschillen de verkeersregels, afhankelijk van je plek op de weg.

Deze 1 op 1 begeleidingen van 2x 1,5 uur geeft Veilig Verkeer Nederland in 2026 aan scootmobielrijders uit de gemeente Dongen. Interesse? Meldt u zich dan aan.
De lessen worden in overleg met u gepland.

Iedereen veilig over straat VEILIGVERKEER

Oproep; Groene handjes gezocht!

Inwoners van Dongen-Vaart hebben een mooi stuk grond achter het huis liggen. Voorheen was het in gebruik als moestuin, maar dat lukt helaas niet meer.
Ze zijn op zoek naar mensen die het leuk vinden om hier mee aan de slag te gaan en de moestuin weer in ere te herstellen.

Heeft u groene handjes en zou u het fijn vinden hiermee aan de slag te gaan, laat het ons weten. We brengen u graag met elkaar in contact.

Mail naar: info@swodongen.nl

Informatie van Alzheimer Nederland

Opening Alzheimer cafe Gilze en Rijen op 4 februari

alzheimer nederland

Vita Zorggroep Elde Maasduinen, Regentenstraat 9 in Rijen.

Het Alzheimer Café Gilze en Rijen is een warm, gezellig en veilig trefpunt voor mensen met dementie, familieleden en andere belangstellenden. Er wordt informatie gegeven en er is informatie beschikbaar. Van tevoren aanmelden is niet nodig, er staat een kopje koffie of thee voor u klaar en vanwege de opening is er in de pauze een drankje en een hapje.

De inloop is om 19.30 uur. Het programma start om 20.00 uur en het café sluit uiterlijk om 22.00 uur. Het Alzheimer Café opent met een bijzondere theatervoorstelling van Thomas Borggreve: **'Helderman'**

'Helderman' is een voorstelling over vergeten, dementie, ontreddering, gelukkig zijn en het zoeken naar de grens van leven en dood. De voorstelling is een compositie van muziek, teksten, zwaarte en lichtheid, zoals het leven met ook dementie is.

Een musicus met dementie geeft openheid over zijn gevoels- en belevingswereld. Helderman schetst een beeld van een mens met al zijn kunnen en niet meer kunnen, de controle tegenover de onmacht.

Na de pauze gaat Thomas graag in gesprek om vragen te beantwoorden.

Informatie van Theek 5

Inloopspreekuur Zorgmaatje aan Huis

Soms is het fijn om wat extra ondersteuning te krijgen, om leuke dingen te doen of om samen wat praktische zaken te regelen. Deze thuisondersteuning biedt Zorgmaatje aan Huis. Het betreft aanvullende mantelzorg, met name aan ouderen, ook bij dementie. Denk daarbij aan dagelijkse of wekelijkse hulp, zoals (samen) boodschappen doen of (samen) koken, een fijne wandeling, (lichte) hulp in huis of gewoon wat gezelligheid en gezelschap. Zorgmaatje aan Huis biedt ouderen en hulpbehoevenden dus ondersteuning in eigen huis. Zo Ook de mantelzorger wordt zo ondersteund en ontlast in de zorgtaken.

Tijdens het inloopspreekuur kun je informeren naar de mogelijkheden. Het vindt iedere twee weken, in de oneven weken, op donderdagochtend plaats in Cultuurhuis De Cammeleur. Je kunt van 10.00 tot 12.00 uur terecht voor al jouw vragen, dus kom vooral langs!

Informatie van GGZ Breburg

Hierbij een overzicht van onze preventiegroepen die de komende periode van start zullen gaan. Op de cursusagenda vind je ook het meest actuele overzicht van de startdata en andere praktische informatie.
Preventiecursussen en trainingen | GGz Breburg

MENTAAL GEZONDHEIDSCENTRUM
GGZ BREBURG

Kom mee naar buiten

Samen wandelen bij Verlies en Rouw

Ben jij jouw partner verloren en werk je je door de dagen heen? Grijpen het verdriet en de pijn je steeds weer aan? Een oplossing is er niet, maar kom mee naar buiten en ervaar hoe samen oplopen wel weer wat ademruimte kan geven. Een frisse neus, delen van verhalen en samen wandelen met iemand die je gevoel kent en herkent, dat is wat samen wandelen bij verlies en rouw je bieden kan. Iedere 4e of 5e vrijdag van de maand wandelen we met een groep mensen, waarvan allen hun partner verloren zijn.

We verzamelen tussen 9.50 uur en 10.00 uur bij de ingang van de Duiventoren, Moerkensdreef, bij de slagboom en de fiets. De wandeling duurt ongeveer een uur. Onderweg is er de gelegenheid ervaringen uit te wisselen en staan we stil bij wat er is.

We lopen in een rustig wandeltempo. Na afloop is er de mogelijkheid een kopje koffie te drinken bij Den Hespel aan de overkant van de Duiventoren. Er zijn aan deze wandeling geen kosten verbonden, behalve die van je eigen kopje koffie.

Ik verzorg deze wandelingen en bosbaden vanuit mijn praktijk Kom mee naar buiten. Voorheen was ik werkzaam als (wijk)verpleegkundige in de palliatieve zorg en als gecertificeerd rouwbegeleider.

De ervaringen van de laatste jaren leren dat het heerlijk kan zijn elkaar even te ontmoeten, dat samen wandelen letterlijk en figuurlijk lucht biedt en dat alle wandelaars met meer energie naar huis gaan dan dat ze gekomen zijn.

Heb je belangstelling?
Aanmelden voor de wandeling kan door het contactformulier in te vullen via www.Irmgard.nu . Ik neem dan contact met je op.
Fijn als je er bent! Je bent welkom.

Irmgard Kimenai.

Data 2026:

27 februari, 27 maart,
24 april, 22 mei, 26 juni,
24 juli, 28 augustus, 25 september,
23 oktober, 27 november, 18 december.