



Dé
**ZORG
COURANT**.nl

Regio Hilvarenbeek

editie 1 - 2023



**NEEM
GRATIS
MEE**

Zorgmaatje aan huis.....	2
Ongemeten kracht van groen.....	7
Het kunstwerk van het leven.....	9
Zorgatelier Buiten Beek.....	11
Buren: hulp dichtbij!.....	13



Kennis
MAKINGS-
GESPREK

Sinds kort kunt u nu ook in de gemeente Hilvarenbeek beroep doen op Zorgmaatje aan Huis regio Tilburg. Wij ondersteunen mensen die extra hulp nodig hebben in hun dagelijkse leven. Iedereen verdient het om de best mogelijke hulp te krijgen, we kijken daarom altijd persoonlijk wat bij uw wensen en behoeften aansluit.

Een Zorgmaatje aan Huis biedt aanvullende mantelzorg. Hij of zij vindt het fijn om ouderen en hulpbehoevenden ondersteuning in eigen huis te bieden. Zo kunnen zij prettiger thuis blijven wonen en voelen ze zich minder alleen. Zorgmaatjes bieden gezelschap, aandacht en een luisterend oor. Ze helpen in het huishouden of gaan mee naar een arts of naar een activiteit, geheel afgestemd op uw behoeften.

Wij kennen al onze Zorgmaatjes persoonlijk. Het zijn stuk voor stuk lieve, sociale mensen met hun hart op de juiste plek en doen niets liever dan voor anderen klaar staan. Uiteraard zijn onze Zorgmaatjes betrouwbaar en heeft ieder Zorgmaatje een VOG en een zichtbare badge ter herkenning. We stellen het Zorgmaatje altijd eerst aan u voor en zorgen altijd voor de juiste match.

Dus heeft u behoefte aan gezelschap om die eenzaamheid een beetje te doorbreken, bent u een

**Een Zorgmaatje aan Huis
iets voor u?
Ik vertel u graag meer**

Bregje van der Sneppen
regio Tilburg

06 43 99 10 63
tilburg@zmah.nl
zorgmaatjeaanhuis.nl

mantelzorger en kunt u best wat ondersteuning gebruiken of bent u misschien thuis aan het revalideren en zoekt u hulp om uw gezin draaiende te houden, bel ons gerust. Wij denken graag met u mee!

U kunt ons altijd telefonisch of per mail bereiken.



ZORGMAATJE AAN HUIS
REGIO TILBURG

Zorgmaatje aan Huis regio Tilburg
Bregje van der Sneppen
tilburg@zmah.nl
06-43991063

zorgmaatjeaanhuis.nl

De Huisarts: jouw vertrouwenspersoon

In de complexe wereld van de gezondheidszorg speelt de huisarts een cruciale rol als vertrouwenspersoon. De huisarts is vaak de eerste medische professional waarmee patiënten contact opnemen wanneer ze gezondheidsproblemen ervaren. Maar de rol van de huisarts gaat verder dan alleen medische zorg; ze fungeren ook als een ankerpunt in het zorgproces, en bieden emotionele ondersteuning en begeleiding aan hun patiënten.

Een huisarts is meer dan alleen een medische professional; ze zijn ook een luisterend oor en een bron van comfort voor patiënten die met gezondheidsuitdagingen worden geconfronteerd. Ze bouwen vaak langdurige relaties op met hun patiënten, leren hun medische geschiedenis kennen, maar ook hun persoonlijke achtergronden en levensomstandigheden. Deze kennis stelt de huisarts in staat om zorg te leveren die is afgestemd op de unieke behoeften van elke patiënt.

Navigeren

Bovendien fungeren huisartsen als gidsen in het zorgsysteem. Ze helpen patiënten om te navigeren door een soms verwarrend netwerk van specialisten, ziekenhuizen en andere zorgverleners. Ze zorgen ervoor dat de patiënt de juiste specialistische zorg krijgt wanneer dat nodig is, en werken samen met andere zorgverleners om ervoor te zorgen dat de patiënt een samenhangende, gecoördineerde zorgervaring heeft.

Het vertrouwen dat patiënten in hun huisarts hebben, is van onschatbare waarde. Het stelt de arts in staat om effectieve, op maat gemaakte zorg te bieden, en het stelt de patiënt in staat



om zich open te stellen en eerlijk te zijn over hun gezondheidsproblemen. Dit vertrouwen is niet alleen essentieel voor een effectieve zorgverlening, maar draagt ook bij aan het welzijn van de patiënt.

In een tijd waarin de gezondheidszorg steeds complexer wordt, blijft de rol van de huisarts als vertrouwenspersoon essentieel. Of ze nu medische zorg verlenen, emotionele ondersteuning bieden, of helpen navigeren door het zorgsysteem, huisartsen zijn een betrouwbare partner in gezondheid en welzijn.

Lees meer op www.Hilvarenbeek.nl

Welzijn in Hilvarenbeek

Er zijn naast de huistarts en de GGD, verschillende organisaties en diensten die hulp en ondersteuning bieden op het gebied van welzijn en geestelijke gezondheid. Hier zijn enkele opties:

Van Spreeuwelstichting

Wouwerdries 66, 5081VZ Hilvarenbeek
013 5051993

Participatieraad Wmo Hilvarenbeek

Dr. P.C. de Brouwerlaan 11, 5081SJ Hilvarenbeek
013 5052282

Contour De Twern Hilvarenbeek

Vrijthof 11, 5081CA Hilvarenbeek
013 5058319

Stichting Gezondheid en Welzijn Diessen

Wilgenlaan 9, 5087KK Diessen

Helder, Stresspreventie en -Behandeling

Gelderstraat 53, 5081AB Hilvarenbeek

De Eenhoorn

Theresiastraat 23, 5087BV Diessen

Stichting Welzijn Hilvarenbeek

Wilgenlaan 9, 5087KK Diessen

Colofon

De Zorg Courant

Regio Hilvarenbeek
Jaargang 2023 - Editie 1

Oplage

5.500

Uitgave

PressTige Media
Eindhoveneweg 33
5582HN Waalre

☎ Tel. 040-3033750

🌐 www.presstigemedia.nl

Ontwerp/opmaak

Hakof Media | hakof-media.nl

Advertentieverkoop

PressTige Media

Druk

Janssen Pers

Verspreiding

Regio Hilvarenbeek

Met dank aan

Het RIVM en adverteerders voor het mogelijk maken van deze uitgave.

Copyright

Het is alleen toegestaan om artikelen en/of foto's uit deze uitgave over te nemen na schriftelijke toestemming van de uitgever. In alle gevallen dient er een bronvermelding te worden vermeld. De uitgever is niet aansprakelijk voor eventuele schade als gevolg van het ontbreken of onjuist vermelden van gegevens in deze uitgave. De uitgever zal alleen verplicht zijn tot verbetering in de eerstvolgende editie. Er kunnen geen rechten worden ontleend aan de inhoud van deze uitgave.

Verwijzing

De meeste van de artikelen uit deze krant zijn uitgebreider te vinden op onze website:

🌐 www.dezorgcourant.nl



Dé ZORG COURANT.nl
ONLINE

Gezondheid, zorg, nieuws en meer

Welkom bij Contourdetwern & Dorpsondersteuner & Taalhuis Hilvarenbeek
Kleine klus, begeleiding naar een dokter?
Ondersteuning mantelzorgen, een ingewikkeld formulier?
Vraag aan dorps-, of buurtondersteuner?
Marie-Jeanne, Geertje, Marja en Jose staan voor u klaar.




INLOOP: Dins- en donderdagmorgen tussen 9.00-12.30u
donderdag Taalhuis en formuliereninloop.
A : Vrijthof 11
E : infohilvarenbeek@contourdetwern.nl
T : 013-5058316
M : 06-83168873 of 06-83284035



Wouters BHV Opleidingen V.O.F.
- Jouw veiligheid, Onze zorg -

Opleidingen - Keuringen - Events

Loonseweg 11B, Hapert | 06-50416393 | 06-53943331



Aankoopmakelaar.DIRECT
Voor persoonlijke begeleiding van A tot Z!



info@aankoopmakelaar.DIRECT | +31 (0) 6 22 45 00 14 | +31 (0) 13 203 43 69



ABRAHAMS
hoveniers | tuincentrum



Aanleg en onderhoud van tuinen - tuincentrum

thuis in tuinen

Hakvoortseweg 15 Biest-Houtakker tel: 013 505 2489 www.janabrahams.nl



landelijk-wonen.nl
dorpswonen.nl

Gespecialiseerd in de woningmarkt zowel binnen als buiten de bebouwde kom

- Verkoop • Advies • Aankoop • Taxaties

Profiteer van onze altijd scherpe tarieven!

Gevraagd:
Ontwikkellocaties aan de kernrandzone
landelijk gelegen woonhuizen/boerderijen
Afwijkende bestemming? Geen bezwaar!

De makelaar voor regio Midden-Brabant:
Roel van Hoof
Diessenseweg105 | 5081 AH Hilvarenbeek
06-515 25 374 | 013-234 03 40
vanhoof@dorpswonen.nl vastgoedpro



www.landelijk-wonen.nl | www.dorpswonen.nl



FASHION EYES
OOGMODE & OOGZORG

Fashion Eyes is een winkel met oog voor mooie brillen en met een optometrist in huis kunnen wij de gezondheid van uw oog onderzoeken.

U vindt ons aan de
Diessenseweg 20 in Hilvarenbeek

“ Er is altijd een optometrist in de buurt ”

www.fashion-eyes.nl





De zomer is een seizoen vol vreugde, warmte en avontuur. Het is de perfecte tijd om te genieten van buitenactiviteiten, van stranduitjes tot picknicken in het park. Maar hoewel de zomermaanden veel voordelen voor onze gezondheid bieden, zijn er ook risico's aan verbonden. Een daarvan is overmatige blootstelling aan de zon. In deze blog gaan we dieper in op de gezondheidsvoordelen en -risico's van de zomerzon en geven we tips over hoe je jezelf kunt beschermen.

De zonnige kant van de zomer

Het grootste voordeel van de zomerzon is de overvloed aan vitamine D. Deze vitamine is essentieel voor de opname van calcium, wat belangrijk is voor gezonde botten en tanden. Bovendien hebben studies aangetoond dat vitamine D het immuunsysteem kan versterken en mogelijk kan bijdragen aan de preventie van bepaalde ziekten, waaronder hartziekten en bepaalde soorten kanker.

Zonlicht kan ook de stemming verbeteren. Het stimuleert de productie van serotonine, een hormoon dat bekend staat als het 'gelukshormoon'. Dit kan helpen om depressies en seizoensgebonden affectieve stoornissen (SAD) te voorkomen.

De schaduwkant van de zomerzon

Helaas zijn er ook nadelen verbonden aan blootstelling aan de zomerzon. Overmatige blootstelling kan leiden tot zonnebrand, hitte-uitputting en in extreme gevallen zelfs hitteberoerte. Bovendien kan langdurige blootstelling aan UV-straling huidveroudering versnellen en het risico op huidkanker verhogen.

Zonnebrandcrème, ook bekend als zonnefilter, werkt door UV-stralen van de zon te absorberen, te reflecteren of te verstrooien. Er zijn twee soorten ultraviolette straling die schadelijk kunnen zijn voor de huid: UVA en UVB. UVA-stralen kunnen vroegtijdige huidveroudering veroorzaken, zoals rimpels en ouderdomsvlekken, terwijl UVB-stralen de voornaamste oorzaak zijn van zonnebrand. Beide kunnen bijdragen aan het risico op huidkanker.

Chemische filters: Deze absorberen UV-stralen voordat ze de huid kunnen beschadigen. Ze werken door een chemische reactie te creëren die de UV-straling omzet in warmte, die vervolgens van de huid wordt afgevoerd. Chemische filters worden vaak gebruikt in zonnebrandcrèmes omdat ze meestal lichter en minder zichtbaar zijn op de huid.

Fysische filters: Deze werken door UV-stralen te reflecteren of te verstrooien, zodat ze de huid niet kunnen binnendringen. Fysische filters, zoals zinkoxide en titaniumdioxide, blijven op de huid zitten en vormen een barrière tegen UV-straling. Ze worden vaak gebruikt in producten voor gevoelige huid of voor kinderen, omdat ze minder kans geven op huidirritaties.

Het is belangrijk op te merken dat geen enkele zonnebrandcrème 100% van de UV-stralen kan blokkeren, maar ze kunnen aanzienlijk helpen om de hoeveelheid straling die de huid bereikt te verminderen. Het is daarom belangrijk om regelmatig opnieuw aan te brengen, vooral na het zwemmen of zweeten, om een continue bescherming te garanderen.

Daarnaast is het belangrijk om een zonnebrandcrème te kiezen met een breed spectrum, wat betekent dat het zowel UVA- als UVB-straling blokkeert. De SPF (Sun Protection Factor) op het etiket van de zonnebrandcrème geeft aan hoe goed het product UVB-stralen blokkeert. Een SPF van 30 blokkeert bijvoorbeeld ongeveer 97% van de UVB-stralen, terwijl een SPF van 50 ongeveer 98% blokkeert. Het is aanbevolen om een zonnebrandcrème te gebruiken met een SPF van minimaal 30.

Apps voor IOS en Android

Er zijn verschillende apps beschikbaar die je kunnen helpen bij het monitoren en beheren van je blootstelling aan de zon.

QSun—Vitamin D & UV Tracker: Deze app geeft je actuele informatie over de UV-index, zonsondergang- en zonsopgangstijden en gepersonaliseerde aanbevelingen voor zonbescherming. Het biedt een UV-voorspelling voor de komende zeven dagen en een zonnebrandindicator die aangeeft hoe lang je veilig in de zon kunt blijven.

SunDay: Vitamin D & UV Tracker: SunDay waarschuwt je voor zonnebrandrisico's en schat de hoeveelheid vitamine D die je ontvangt. Op basis van je profielinformatie, zoals je leeftijd en huidtype, en een foto van de zon, geeft de app een aanbevolen hoeveelheid tijd om in de zon door te brengen voor de productie van vitamine D.

REAPPLY: Sunscreen Timekeeper: Als je serieus bent over het dagelijks dragen van voldoende zonnebrandcrème, dan is REAPPLY een uitstekende keuze. Deze app stuurt meldingen om zonnebrandcrème aan te brengen en om deze gedurende de dag opnieuw aan te brengen. Het leest ook je locatie om je te informeren over de UV-niveaus in jouw omgeving³.

Sola: Sun UV & Vitamin D Timer: Sola geeft de huidige UV-blootstelling weer en bevat een timer voor tijdens het zonnebaden om verbranding te voorkomen. Het stelt een timer in op basis van je huidtype, huidige kleurtje, zonnebrandcrème gebruik en hoe vaak je wilt omdraaien tijdens het zonnebaden⁴.

UV Index Widget: Deze app toont de huidige ultraviolet index (UVI) niveaus in je omgeving en geeft cruciale informatie over je potentiële blootstelling aan schadelijke stralen. Het heeft ook een functie die je vertelt hoe lang je veilig in de zon kunt blijven, op basis van je huidtype.

Over het geheel genomen is het belangrijk om een evenwichtige aanpak te hanteren als het gaat om blootstelling aan de zon in de zomer. Geniet van de voordelen, maar neem ook voorzorgsmaatregelen om je huid te beschermen tegen schade door UV-straling. Met de juiste kennis en tools kun je zowel veilig als gezond van de zomerzon genieten.





Hado TEXTIEL
TOTAAL IN WONEN

Gordijnen | Raamdecoratie | Tapijt, vinyl en pvc vloeren

HADO TEXTIEL TOTAAL IN WONEN

Buklumweg 2, 5081 CT Hilvarenbeek | Tel: 013-5051568 | info@hado-textiel.nl



Uw vastgoed in topstaat!

Contact

06 39 70 01 44
info@wayersschilderwerken.nl
@wayersschilderwerken

Wayers Schilderwerken staat voor kwalitatief en technisch verantwoord schilderwerk.

Wat doen wij?

- Binnen & buiten schilderwerk
- Airless spuitwerk
- Reparatie & renovatie van houtwerk
- Gevelonderhoud
- Vloercoating
- Kleuradvies



Zwemschool Aqua-Marijn staat ervoor om kinderen op een kindvriendelijke wijze op te leiden en ze vaardigheden aan te bieden die voor levenslang, veilig, waterplezier zorgen.

zwemschool AQUA-MARIJN

Locatie Amarant		Locatie Leyhoeve	
Maandag	16:00 - 19:00 uur	Dinsdag	16:00 - 19:00 uur
Woensdag	16:15 - 19:15 uur	Donderdag	16:00 - 19:00 uur
Vrijdag	16:00 - 19:00 uur	Zwemlessen voor het B en C diploma worden alleen gegeven op onze locatie Amarant.	
Zondag	09:00 - 13:00 uur		

013-511211 - info@aqua-marijn.nl - facebook.com/zwemschoolaquamarijn
Telefonische spreekuur maandag en donderdag van 9.00 uur tot 12.00 uur.

WWW.AQUA-MARIJN.NL

(H)eerlijk en gezond eten zonder zorgen

Eten staat bij Maaltjidservice de Hilver absoluut in het middelpunt. Wij vinden het belangrijk dat onze gasten goed en vooral gezond eten!

Wij bezorgen dagelijks zowel koude als warme verse maaltijden in en rondom gemeente Hilvarenbeek. U krijgt altijd een bekend gezicht aan de deur en wij nemen dan ook de tijd om het eventjes binnen te zetten op de gewenste manier! Maaltjidservice de Hilver biedt altijd een proefpakket aan om eens kennis te maken met ons bedrijf, je krijgt bij het proefpakket 3 keer een 3 gangen menu voor €15,00

Benieuwd naar wat er wekelijks op het menu staat? Kijk dan op www.maaltjidservicedehilver.nl

Wilt u het liever op locatie komen bespreken? Kom dan gezellig een kopje koffie drinken in de Gelderstraat 25 Hilvarenbeek, 5081AA
06-39205734






De ongemeten kracht van groen

In de eeuwigdurende zoektocht naar een gezond en gebalanceerd leven, richten we ons vaak op voeding en lichaamsbeweging. Hoewel dit onmiskenbare hoekstenen zijn van een goede gezondheid, missen we soms een even essentieel aspect: onze connectie met de natuur. Studies tonen steeds meer aan dat groene ruimten en natuur een onmiskenbare impact hebben op onze algehele welzijn.

Groene ruimten, zoals parken, bossen en tuinen, zijn geen simpele versieringen in het stedelijke landschap. Ze vormen een schuilplaats voor de geest en het lichaam. Uit onderzoek blijkt dat blootstelling aan natuurlijke omgevingen stress vermindert, angstgevoelens verlicht en de stemming verbetert. Het zijn krachtige buffers tegen de uitdagingen van het moderne leven.

Daarnaast hebben groene ruimten en natuur een positief effect op onze fysieke gezondheid. Ze nodigen uit tot lichamelijke activiteit, wat kan leiden tot gewichtsverlies, verhoogde cardiovasculaire gezondheid en sterkere spieren. Bovendien bevordert het de kwaliteit van de lucht die we inademen, wat kan leiden tot verbeterde ademhalingsfunctie en een vermindering van allergie-symptomen.

Kinderen die regelmatig tijd doorbrengen in de natuur, tonen verbeterde cognitieve functies, betere motorische vaardigheden en verminderde symptomen van aandachtstekortstoornissen. Ook voor volwassenen kan de natuur een welkome onderbreking bieden van schermgerelateerde vermoeidheid en de algehele mentale belasting verminderen.

Het contact met natuurlijke ruimten speelt ook een vitale rol in onze sociale gezondheid. Ze creëren een gemeenschapsgevoel en bevorderen sociale cohesie door ontmoetingsplaatsen en recreatiegebieden te bieden.

Terwijl we voortdurend vooruitgang boeken in de geneeskunde, mogen we niet vergeten dat sommige van de meest krachtige remedies geen voorschrift vereisen. De volgende keer dat je je gestrest of gespannen voelt, probeer dan een bezoek aan een nabijgelegen park of bos. De voordelen van groene ruimten en natuur zijn immers onmiskenbaar en binnen handbereik voor iedereen.

Lees verder  www.dezorgcourant.nl



Water: Elixer van het leven

Water is misschien wel het meest ondergewaardeerde element in onze dagelijkse gezondheidsroutine. Als bouwsteen van het leven, maakt water meer dan 60% van ons lichaam uit en speelt het een cruciale rol in elk lichaamsproces.

Een goede hydratatie helpt bij de regulatie van de lichaamstemperatuur, voedingsstoffen transporteren naar cellen, en afvalstoffen uit het lichaam verwijderen. Daarnaast fungeert water als een smeermiddel voor onze gewrichten, waardoor het een essentiële factor is in het handhaven van onze mobiliteit en flexibiliteit.

Bovendien draagt water aanzienlijk bij aan de gezondheid van onze hersenen. Het bevordert een goede hersenfunctie, verbetert concentratie, en kan zelfs hoofdpijn en vermoeidheid verminderen. Een tekort aan water kan leiden tot uitdroging, die een negatieve impact heeft op onze fysieke prestaties en mentale scherpte.

We zijn geneigd om naar complexe en dure oplossingen te zoeken voor onze gezondheidsproblemen, terwijl de meest fundamentele bron van vitaliteit letterlijk uit onze kranen stroomt. Verwaarloos het belang van water niet - een goed gehydrateerd lichaam is een gezond lichaam.



Gehandicaptenparkeerkaart

Heeft u een beperking waardoor u niet verder kunt lopen dan 100 meter? Het is mogelijk om een gehandicaptenparkeerkaart (GPK) te krijgen. Er zijn 3 soorten kaarten. In uw aanvraag geeft u aan welke u nodig heeft.

- Bestuurderskaart: u rijdt zelf nog auto
- Passagierskaart: u bent bijrijder omdat uzelf niet meer kunt rijden
- een combinatie van beide kaarten

Medische keuring

Een medische keuring is verplicht. Wij regelen dit voor u. Een medisch adviseur neemt contact op met u om een afspraak te maken.

Opsturen

Is uw aanvraag goedgekeurd? Voor de parkeerkaart hebben we een nieuwe pasfoto van u nodig. Vermeldt op een begeleidende brief uw naam, adres en geboortedatum. Geef ook aan dat u een gehandicaptenparkeerkaart aanvraagt.

Lees verder via  www.Hilvarenbeek.nl

Fysio Sport & Therapie is deskundig op het gebied van Fysiotherapie en Ergotherapie.

U kunt bij ons terecht voor het behandelen/begeleiden van:

- Sportblessures
- Gevolgen van neurologische aandoeningen (NAH, Parkinson, MS)
- Groepsfysiotherapie (reuma, COPD)
- Orthopedische klachten (rug/schouder/knie/enkel)

Op de locatie bij the Local Gym, aan de Slibbroek beschikken we over mooie oefenruimtes.

Zie ook: www.fysiosport-mb.nl of bel voor een afspraak met 013-5470257



Zorgatelier Buiten Beek biedt mensen met NAH, Parkinson, MS een creatieve dagbesteding.

Kernwoorden van een dag Buiten Beek zijn:

- Ontdek jouw creatieve mogelijkheden
- Ontmoet andere mensen met NAH
- Wij bieden veel creatieve activiteiten en technieken
- Lekker wandelen of fietsen in de Utrecht
- Mogelijkheden tot rusten tussendoor
- Niets moet, alles mag

Het zorgatelier is gevestigd aan de Prins Hendriklaan 4 in Esbeek.

Voor meer informatie zie ook: www.buitenbeek.nl of bel naar 013-5055058



Natuurbegraafplaats Huis ter Heide *Wees welkom om mee te wandelen*



Deze verborgen parel aan natuur is thuis voor reeën, hazen, vogels en dassen. Vroegere akkers en productiebossen maken hier plaats voor oorspronkelijke natuur. Ontdek de zichtbare en minder zichtbare parels van Huis ter Heide. Een plek waar je kunt wandelen van zonsopgang tot zonsondergang en de troostende kracht van de natuur kunt ervaren.

Hier kies je zelf een plek die bij jou past. Alleen voor jou, of samen, naast elkaar. Een plek die voor altijd van jou is, midden in de natuur. Daarmee draag je ook bij aan het beheer, behoud, de ontwikkeling en de bescherming van de natuur in Nederland. Na de laatste natuurbegraving neemt Natuurmonumenten de zorg voor het natuurgebied over. De natuur blijft zo altijd natuur.

EEN EEUWIGE PLEK IN DE NATUUR:

- Je kiest zelf de plek die bij jou past.
- Je kunt een natuur- of urnengraf nu al vastleggen voor later.
- Je betaalt eenmalig. Grafrechten zijn voor eeuwig.
- De natuur zorgt voor het natuurgraf, de natuurbeheerders zorgen voor de natuur.
- Juridisch goed gewaarborgd, voor nu en voor de toekomst.

WANDEL JE MEE?

Elke 2e dag van de maand kun je meewandelen over natuurbegraafplaats Huis ter Heide. We vertellen je dan graag alles over de natuurontwikkeling en natuurbegraven. Wandel je mee? Meld je aan via www.huisterheide.nl/wandelmeeg of bel 013 303 31 20



Natuurbegraafplaats
Huis ter Heide



Natuurmonumenten

Kijk voor actuele informatie op: www.huisterheide.nl. Middelstraat 1, De Moer, 013 303 31 20

Het Kunstwerk van het Leven: Gezond ouder worden

Ouder worden is een onvermijdelijk deel van het leven, maar de manier waarop we ouder worden is grotendeels binnen onze controle. Dit artikel benadrukt enkele tips en strategieën die kunnen bijdragen aan een gezonder en gelukkiger ouderdom.

Gezond ouder worden begint met het voeden van je lichaam. Wat we eten, heeft een aanzienlijke impact op onze gezondheid, vooral naarmate we ouder worden. Een uitgebalanceerd dieet, rijk aan fruit, groenten, volle granen en magere eiwitten, kan helpen om ons lichaam te voorzien van de noodzakelijke voedingsstoffen en zo bijdragen aan een langer en gezonder leven. Het vermijden van overmatig suiker-, zout- en vetgebruik kan het risico op chronische aandoeningen, zoals hartziekten en diabetes, verkleinen.

Lichaamsbeweging is een andere cruciale factor in het proces van gezond ouder worden. Regelmatige lichaamsbeweging helpt niet alleen bij het beheersen van het lichaamsgewicht, maar het verbetert ook de cardiovasculaire gezondheid, versterkt de spieren en botten, en verbetert de mentale helderheid. Je hoeft geen marathonloper te worden om van de voordelen te genieten. Wandelen, tuinieren, zwemmen of het beoefenen van tai chi kunnen allemaal bijdragen aan een actieve levensstijl.

Naarmate we ouder worden, kan het behouden van onze mentale gezondheid even uitdagend zijn als het behouden van onze fysieke gezondheid. Cognitieve stimulatie, hetzij door het oplossen van kruiswoordraadsels, het leren van een nieuwe taal, het lezen van boeken of het spelen van muziekinstrumenten, kan de hersenfunctie verbeteren en het risico op dementie verkleinen. Sociale interacties zijn eveneens belangrijk. Onderzoek toont aan dat sociale verbindingen en betekenisvolle relaties bijdragen aan een betere geestelijke gezondheid en een groter algemeen welzijn.

Preventieve gezondheidszorg

Ook preventieve gezondheidszorg is een sleutelfactor in gezond ouder worden. Regelmatige gezondheidscontroles en screenings kunnen vroege detectie van mogelijke gezondheidsproblemen mogelijk maken, wat leidt tot tijdige interventies en betere resultaten. Vaccinaties en andere preventieve maatregelen helpen om veelvoorkomende ziekten bij ouderen te voorkomen.

Slaap neemt een cruciale plek in bij het ouder worden. Naarmate we ouder worden, kunnen slaappatronen veranderen, maar de noodzaak voor kwalitatieve rust blijft. Een goede nachtrust helpt bij het herstel van het lichaam, verbetert het geheugen en bevordert de algehele gezondheid.

Ten slotte kan het onderhouden van een positieve levenshouding een aanzienlijke impact hebben op onze gezondheid naarmate we ouder worden. Het is normaal om bezorgd te zijn over de veranderingen die met het ouder worden gepaard gaan, maar het omarmen van deze fase van het leven met gratie en optimisme kan de ervaring aanzienlijk verbeteren. Ouder worden is niet alleen een biologisch proces, het is ook een psychologisch proces. Het omarmen van ouderdom met acceptatie en waardering kan bijdragen aan een beter welzijn en een hogere levenskwaliteit.

Gezond ouder worden is geen geheim of mysterie. Het is een voortdurende inzet voor gezond leven, die zowel een actieve levensstijl, een uitgebalanceerd dieet, sociale verbindingen, preventieve zorg en een positieve houding omvat. Het is nooit te laat om deze principes te omarmen en te streven naar een gezondere en gelukkiger ouderdom.

Lees verder www.dezorgcourant.nl



De vergrijzende Sporter

Terwijl de handen van de tijd blijven bewegen, kan sport een bevredigend pad van verzet bieden tegen de veelvoorkomende beperkingen van het ouder worden. Verre van een domein voor alleen de jeugd, blijft sport een belangrijke bondgenoot voor degenen die een gezonde levensstijl willen behouden naarmate ze ouder worden.

Regelmatige fysieke activiteit kan de natuurlijke afname van spiermassa en botdichtheid die met het ouder worden gepaard gaat, vertragen. Dit helpt om het risico op chronische ziekten zoals hart- en vaatziekten te verminderen en draagt bij aan het behoud van een goede lichamelijke gezondheid.

De mentale voordelen zijn even indrukwekkend. Sport kan helpen om stress te verminderen en symptomen van depressie en angst te beperken. Bovendien stimuleert het cognitieve functies, wat het ontstaan en de progressie van dementie kan vertragen.

Daarnaast biedt sport de kans om sociale verbindingen te smeden. Deel uitmaken van een sportclub of -gemeenschap kan waardevolle vriendschappen en ondersteunende relaties opleveren.

De reis naar gezond ouder worden hoeft niet stil en passief te zijn. Het kan actief, dynamisch en gevuld zijn met sport.



EchoPret

AAN HUIS

Met EchoPret aan huis kom ik naar jou voor een pretecho vanaf je eigen bank op je eigen tv!

Omringd door wie jij wil, je kleintje nu al bij je thuis bewonderen. Door een ervaren verloskundige en echoscopiste waar jij al je vragen aan kan stellen.

Geslachtsbepaling, 2D en 3D/4D-live pretecho's zijn mogelijk. Kijk op de website voor meer informatie of boek direct jouw echo! www.echopretaanhuis.nl

- Een pretecho bij jou thuis.
- Alle tijd voor jou, jullie en het in beeld brengen van je kleintje
- Omringd door familie en vrienden of fijn intiem; jouw keuze.
- 2D, 3D en 4D-live en geslachtsbepaling
- Ook leuk om cadeau te geven!

☎ 06-28276527 | @echopretaanhuis | Rivka van Egmond



Er is een medicijn dat elk ziek kind beter laat voelen: familie. Daarom zijn er de Ronald McDonald Huizen. Zo zijn mama en papa altijd dichtbij.



Ronald McDonald Kinderfonds Nederland
Keeping families close™



BESTRATINGEN
RIOLERINGEN
GRONDWERKEN
AANLEG- EN ONDERHOUD
VAN TUINEN

JOHN TIMMERMANS
GSM: 06-22185327



COSTERMAN BOODTSTRAAT 4
5051 WC GOIRLE
TELEFOON: 013-577 42 04
FAX: 013-577 42 05
E-MAIL: INFO@GEBRVOS.NL

WWW.GEBRVOS.NL

BEZOEKADRES: EINSTEINSTRaat 4A 5051DR GOIRLE

Zorgatelier Buiten Beek

Zorgatelier Buiten Beek biedt volwassenen met NAH (niet aangeboren hersenletsel), MS en Parkinson een creatieve dagbesteding. Het atelier is een plek waar de deelnemer zichzelf kan zijn en waar men zijn/haar eigen talenten kan ontdekken en ontwikkelen. We bieden een breed scala aan creatieve activiteiten en technieken. Zorgatelier Buiten Beek geeft de dagen kleur en laat de deelnemers de draad van het leven weer oppakken. Hier ontmoet men ook lotgenoten die je niet veel hoeft uit te leggen. Partners bieden we eveneens een plek om met elkaar in contact te komen.

De kernwoorden van Zorgatelier Buiten Beek zijn: kunst, zorg en natuur.

Vanaf januari 2023 staat het zorgatelier in Esbeek aan de Prins Hendriklaan 4, in het natuurgebied "de Utrecht".

In het zorgatelier maken deelnemers kunstwerken. Kunst gaat verder dan alleen maar iets moois maken, het heeft ook te maken met emotie en het verwerken van ervaringen. Het is belangrijk dat de medewerkers faciliteren en helpen, maar uiteindelijk doen de deelnemers het zelf.

Bij ons geldt het principe "niks moet, alles mag" en we streven ernaar om samen met de begeleiding te kijken naar wat de mogelijkheden zijn van de deelnemer. We houden rekening met ieders behoeften. Er is voldoende plaats op het atelier om tussendoor te kunnen rusten.

Op de facebookpagina kun je een kijkje nemen naar wat er aan kunst gemaakt wordt. Dat is echt de moeite waard!! neem er eens een kijkje op: [facebook.com/buitenbeek.nl](https://www.facebook.com/buitenbeek.nl) We hebben in juni een open

dag georganiseerd om meer bekendheid te krijgen binnen de gemeentegrenzen. Vrijwilligers zijn onmisbaar binnen het zorgatelier, b.v. bij het ondersteunen bij creatieve activiteiten of bijvoorbeeld voor het vervoer van mensen van en naar het zorgatelier.

De gemeente hebben we ook nodig, voor de verwijzingen via PGB. We hopen dat ze dit plaatselijk initiatief steunen en promoten voor eigen bewoners.

Zorgatelier Buiten Beek heeft een keurmerk verkregen op basis van de eisen van de Kempen gemeenten.

Heeft u interesse om deel te nemen aan deze dagbesteding of te informeren naar vrijwilligerswerk, dan kunt u contact opnemen met de eigenaren Hans Pouwer / Kenny Staps via h.pouwer@fysiosport-mb.nl



Mijn baby/peuter slaapt niet goed. Wat nu?



Een goede nachtrust is voor iedereen belangrijk, maar zeker voor kinderen. Slaap is van belang voor een goed immuunsysteem, daarnaast groeien kinderen in hun slaap, worden hun hersenverbindingen gelegd en wordt informatie verwerkt. Het is dus niet voor niets dat baby's en kinderen veel slapen. Maar slapen is helaas niet altijd vanzelfsprekend.

Tijdens de cursus 'slapen bij baby's' krijg je meer inzicht in

hoe je slapen tot een succes kunt maken. Daarnaast leer je ook meer over onrust bij baby's.

Slaapt je baby of peuter slecht? Dan kan ik, als slaap pedagoog, meekijken via een consult. Je krijgt dan persoonlijk advies en begeleiding zodat jouw kind goed gaat slapen. Ik kijk onder andere naar oververmoeidheid, wakertijden, fysieke problemen en de thuissituatie. Hieruit komt een plan wat passend is voor het kind én het gezin.



SLAAP PEDAGOOG ROOS
Slapen als een roosje

Meer informatie over de cursus of over mijn consulten vind je op

www.deslaappedagoog.nl

Of neem direct contact met mij op via info@deslaappe-dagoog.nl

Echopret aan huis

Alle tijd en aandacht voor jou en je kleintje en met iedereen die jij wil om jou heen. Een herinnering voor het leven met een ontspannen pretecho bij jou thuis.

Dit was mijn droom en die heb ik nu weten te realiseren met mijn bedrijf "EchoPret aan huis". Ruim 10 jaar werk ik al als verloskundige (thuisbevallingen, kraamhotel en medisch in het ziekenhuis). Mijn passie ligt in de geboortezorg én bij mijn eigen gezin. Het kunnen begeleiden van een zwangerschap naar een bevalling toe, die voor

iedereen weer anders is, vind ik fantastisch. Een vrouw in haar kracht laten "zijn". En daarnaast ongelooflijk mooie plaatjes maken van die kleine wondertjes in de buik. Zowel in 2D als in 3D/4D ze mogen bewonderen in hoe ze eruitzien en bewegen blijf ik magisch vinden. Dit is voor mij de perfecte combi. En voor jou als zwangere een prachtig tastbare herinnering for life.



EchoPret
AAN HUIS

www.echopretaanhuis.nl



Rivka van Egmond



Als slaappedagoog begeleid ik kinderen tussen de 0 en 4 jaar om beter te slapen. Ik kijk holistisch dus verder dan alleen het slapen.

Daarnaast vind ik het belangrijk om te kijken naar de behoefte van het kind en wat voor ouders werkt.

Slaapt jouw kind slecht? Of is er sprake van onrust? En wil je op een liefdevolle manier je kind helpen beter te laten slapen?

Neem dan contact met mij op!

✉ info@deslaappedagoog.nl

🌐 www.deslaappedagoog.nl

📷 @deslaappedagoog

BLISS
HYPOTHEKEN & CONSULTANCY

Hypotheekadvies aan huis waarbij alle hypotheekaanbieders worden vergeleken.

Laten we snel kennis maken.

Roselle Schollen
roselle@blisshypotheken.nl
www.blisshypotheken.nl

Vragen over epilepsie?
Bel de Epilepsie Infolijn:
030 634 40 64
www.epilepsie.nl

Epilepsiefonds

CBF
GOED DOEN

**DURFT U
OOK WEER
TE LACHEN?**

- Gebitsprotheses/Implantaatprotheses
- Persoonlijk advies
- Reparaties, klaar terwijl u wacht
- Kosten meestal geheel of grotendeels vergoed door uw zorg verzekeraar

Loop gerust eens binnen voor een geheel vrijblijvend advies

Frankische Driehoek 21
5052 BL Goirle
Tel. 013 - 534 11 68
Mob. 06 - 12 95 98 62

Lid van Organisatie voor Nederlandse Tandprothetici

www.kunstgebitenzo.nl

H. COOLS
TANDPROTHETIEK

Hubo

Je kan het zelf doen.
Je kan het samen doen.
Je kan het ook helemaal laten doen!

Totaaloplossing voor iedere klus.

Kasten op maat	Veilig wonen
Vloeren	Besparend wonen
Binnen- en buitendeuren	Mooi wonen
Binnen- en buitenzonwering	Buiten wonen
Horren	Zelfstandig wonen
Traprenovatie	Zorgeloos wonen

Hubo Hilvarenbeek
Bukkamweg 1 - 5081 CT Hilvarenbeek - Tel: 013-5050333
E-mail: hilvarenbeek@hubo.nl - hubo.nl

#Hubohelpt

Hulp in uw dagelijks leven in Hilvarenbeek

Het dagelijks leven kan uitdagingen met zich meebrengen, vooral als men ouder wordt, ziek is of een handicap heeft. Soms worden taken zoals huishoudelijk werk, reizen of sociale interactie moeilijker uit te voeren. Gelukkig staan wij klaar om te helpen.

Onze medewerkers begrijpen dat ieders situatie uniek is. Daarom starten we met een persoonlijk gesprek om uw behoeften in kaart te brengen. Zodra we uw hulpvraag ontvangen, nemen we contact met u op om uw situatie te bespreken. We kunnen u verwijzen naar een instantie die u kan helpen, of een afspraak maken voor een huisbezoek om uw situatie beter te begrijpen. Dit gesprek kan plaatsvinden in het bijzijn van een familielid of cliëntondersteuner als u dat wenst.

We bieden hulp bij verschillende aspecten van uw dagelijks leven. Heeft u moeite met het huishouden door ouderdom, ziekte of handicap? We kunnen ondersteuning bieden, bijvoorbeeld bij het schoonmaken van uw woning.

Reizen kan lastig zijn als het openbaar vervoer geen optie meer is. Onze Wmo-consulent kan met u meedenken over alternatieve oplossingen, zoals een pas voor taxivervoer.

Als u door een handicap of ziekte niet langer grote afstanden kunt afleggen, kunnen we bekijken of een rolstoel of scootmobiel de juiste oplossing voor u is.



We kunnen u ook helpen om uw woning aan te passen als u door ziekte problemen ervaart. Dit kan variëren van het installeren van een traplift tot een aangepaste douche-of toiletstoel.

En als u het moeilijk vindt om uzelf thuis te redden of contact te maken met anderen door psychische problemen, kunnen we ondersteuning bieden bij deze en andere uitdagingen.

Onze missie is om u te ondersteunen, zodat u de best mogelijke kwaliteit van leven kunt behouden. Neem vandaag nog contact met ons op om te zien hoe we u kunnen helpen.

www.hilvarenbeek.nl/hulp-in-uw-dagelijks-leven

Buren: hulp dichtbij!

De kracht van een bloeiende samenleving schuilt in haar buurten. Burendag is vanuit deze overtuiging ontstaan, met het doel buurten gezelliger, socialer en veiliger te maken door buren met elkaar te verbinden.

Het is de dag waarop buren elkaar op een laagdrempelige manier kunnen ontmoeten door samen activiteiten te organiseren. Dit maakt de weg vrij voor ontmoetingen die anders misschien niet zouden plaatsvinden en vergemakkelijkt toekomstige interacties en het vragen om hulp.

Een activiteit als een bureningo of een spelletjesmiddag kan zodoende verstrekkende positieve gevolgen hebben voor de buurt. Burendag is dus een belangrijke gelegenheid om zoveel mogelijk buren met elkaar in contact te brengen. Het draagt bij aan de grotere missie van het hele jaar door buurtinitiatieven te stimuleren en te versterken.

Meld je snel aan: www.burendag.nl



Dorpsondersteuners Hilvarenbeek

De dorpsondersteuners zijn er voor u. Zij helpen u met vragen over zorg, welzijn en wonen. Of ze bieden een luisterend oor. Samen met u zoeken ze naar een oplossing en wanneer dat niet mogelijk is, dan verwijzen ze door naar professionele hulpverlening. Iedere kern binnen de gemeente Hilvarenbeek heeft een eigen dorpsondersteuner. Hulp van een dorpsondersteuner kost u niets.

De gemeente heeft ContourdeTwern opdracht gegeven om te onderzoeken hoe het Dorpsnetwerk in Hilvarenbeek op het vlak van wonen, zorg en welzijn versterkt kan worden. We streven naar een hechte gemeenschap waarin mensen elkaar bijstaan.

Marie-Jeanne Zuidervaart en haar team van vrijwillige buurtondersteuners staan klaar om inwoners en buurten te ondersteunen bij zowel grote als kleine vraagstukken. Met de juiste middelen, netwerken en toegewijde teamleden en vrijwilligers werken we samen aan sterke buurten. Plaatsen waar iedereen, ongeacht leeftijd, graag woont en waar zorgen gedeeld kunnen worden. Immers, niemand staat er alleen voor in Hilvarenbeek.

Waar is zij te vinden?

Vrijthof 11, 5081 CA Hilvarenbeek
Er is een inloop op di. en do. van 9 – 12 uur.
013 505 8319 / 06 83168873
mariejeannezuidervaart@contourdetwern.nl

www.contourdetwern.nl



Nieuwe Woongroep “Eigen Haard” biedt beschermde woonomgeving

In Goirle is een nieuwe woongroep genaamd “Eigen Haard” geopend, ontworpen om 24/7 gespecialiseerde zorg te bieden aan jongvolwassenen, leeftijd 18 tot 30, met een diagnose binnen het Autisme Spectrum Stoornis (ASS) die normaal tot hoogbegaafd zijn.

Eigen Haard, gevestigd aan de Kloosterstraat 10, heeft op 1 oktober 2020 haar deuren geopend. Onze missie is om een veilige en huiselijke omgeving te creëren waarin deze jongeren zich volledig kunnen ontwikkelen. We streven ernaar om hun potentieel te maximaliseren en hun integratie in de samenleving te bevorderen.

Onze zorg wordt geboden door een toegewijd team van vaste medewerkers, die hun expertise en passie inzetten om deze missie te volbrengen. We geloven dat stabiliteit en continuïteit in zorg van cruciaal belang zijn voor het welzijn van onze bewoners.

Als u meer wilt weten over onze visie, missie en wie wij zijn, nodigen we u uit om onze website te bezoeken. Daar vindt u meer informatie over ons unieke aanbod en onze benadering van zorg.



We nodigen u van harte uit om contact met ons op te nemen en een kijkje te komen nemen in onze woongroep. U kunt ons bereiken via contact@woongroep-eigenhaard.nl of telefonisch op 0644733003. We kijken uit naar uw reactie en hopen u binnenkort te verwelkomen bij Eigen Haard.

www.woongroep-eigenhaard.nl

Het belang van seksuele gezondheid en voorlichting



Seksuele gezondheid is een essentieel onderdeel van ons algehele welzijn. Hoewel het onderwerp vaak gepaard gaat met taboes en verlegenheid, is het cruciaal om het belang van seksuele gezondheid en voorlichting te erkennen.

Seksuele gezondheid is meer dan alleen het voorkomen van ziekten of ongewenste zwangerschappen. Het omvat ook aspecten zoals seksuele rechten, de mogelijkheid om genot te ervaren, en het hebben van respectvolle en bevredigende seksuele relaties. De Wereldgezondheidsorganisatie benadrukt dat seksuele gezondheid ook psychisch, fysiek en sociaal welzijn inhoudt in relatie tot seksualiteit.

Seksuele voorlichting speelt hierin een cruciale rol. Het voorziet mensen niet alleen van informatie over veilige sekspraktijken, maar leert hen ook over toestemming, lichamelijke autonomie en respect voor de seksuele rechten van anderen. Een grondige seksuele voorlichting moet inclusief en breed zijn, waarbij verschillende seksuele oriëntaties en genderidentiteiten worden erkend en gerespecteerd.

Daarnaast kan seksuele voorlichting bijdragen aan het verminderen van het stigma rond seksualiteit en bevordert het seksuele welzijn door mensen de kennis en vaardigheden te geven om veilige, bevredigende en respectvolle seksuele relaties te hebben.

Tenslotte is seksuele voorlichting essentieel om het aantal seksueel overdraagbare aandoeningen en ongewenste zwangerschappen te verminderen. Het maakt mensen bewust van de risico's en hoe ze deze kunnen verminderen, wat bijdraagt aan betere individuele en collectieve gezondheidsuitkomsten.

Kortom, het belang van seksuele gezondheid en voorlichting kan niet worden overschat. Het is een vitaal onderdeel van onze algehele gezondheid en welzijn en moet worden bevorderd in alle lagen van de samenleving.

Als je vermoedt dat je een geslachtsziekte, ook bekend als een seksueel overdraagbare aandoening (SOA), hebt, zijn er verschillende plaatsen waar je terecht kunt voor hulp en advies.

Huisarts: Je huisarts is een belangrijk eerste aanspreekpunt. Hij of zij kan je testen op SOA's, de resultaten bespreken en een behandeling voorstellen als dat nodig is. Het is belangrijk om te weten dat alles wat je met je arts bespreekt vertrouwelijk is.

GGD: De GGD (Gemeentelijke Gezondheidsdienst) in Nederland heeft speciale SOA-klinieken waar je terecht kunt voor een SOA-test, behandeling en advies. Vaak zijn deze diensten gratis voor bepaalde groepen zoals jongeren tot 25 jaar, sexswerkers en mannen die seks hebben met mannen.

Seksualiteitsklinieken: Er zijn ook privéklinieken, zoals OneDay-Clinic, waar je anoniem en snel een SOA-test kunt laten doen.

Online: Er zijn ook betrouwbare online diensten waar je een SOA-test kit kunt bestellen, deze thuis kunt gebruiken en terug kunt sturen om te worden getest. Zorg er wel voor dat je een gecertificeerde dienst kiest om betrouwbare resultaten te krijgen.

Vergeet niet, als je seksueel actief bent en je maakt je zorgen over SOA's, is het belangrijk om regelmatig te testen en veilige seks te beoefenen. Het gebruik van condooms is een effectieve manier om veel SOA's te voorkomen. Als je een SOA hebt, wees dan eerlijk tegen je seksuele partners, zodat zij zich ook kunnen laten testen en behandelen.

Sfeervolle plek
om afscheid
te nemen en
te herinneren



Persoonlijk & uniek

Afscheid nemen van een dierbare, we krijgen er allemaal mee te maken. De medewerkers van Crematorium Tilburg staan voor je klaar om het afscheid van jouw overleden dierbare volgens jouw wensen in te vullen. Samen met je uitvaartbegeleider zorgen we voor een persoonlijk en uniek afscheid waarin alle tijd en aandacht is voor het leven dat jouw overleden dierbare leefde.

Ruime keuze

Je hebt de keuze uit 6 afscheidlocaties, met ieder een eigen sfeer en grootte. Er is zelfs een buitenaula midden in ons mooie afscheidspark. In een aantal locaties is een livestream van het afscheid mogelijk, zodat nabestaanden er - al is het op afstand - bij kunnen zijn.

Samen eten & drinken

Na het afscheid is het fijn om met elkaar te zijn. Op ieder moment van de dag bieden we uitgebreide cateringmogelijkheden. En als je iets speciaals wenst, neem dan gerust contact op. We denken graag met je mee.

Gedenktekens

Ook in de tijd na het afscheid kunnen we iets voor je betekenen. Zo hebben we een uitgebreid assortiment aan urnen, as- en vingerafdruksieraden en andere gedenktekens. Neem een kijkje op onze website of maak een afspraak voor een vrijblijvend bezoek aan onze ruimte met allerlei voorbeelden.

Verlies & Rouw

Je bent van harte welkom bij onze bijeenkomsten over verlies & rouw door (ervarings)deskundigen. Omdat we een stichting zonder winstoogmerk zijn, kun je deze bijeenkomsten gratis bijwonen.



De Huiskamer



Buitenaula Aperto

Crematorium Tilburg
en omstreken



Kijk voor meer informatie:
www.crematoriumtilburg.nl

Karel Boddenweg 5, 5044 EL Tilburg • 013 468 6204 • info@crematoriumtilburg.nl



FITFORM
DEALER

Seniorenwinkel

voor een vitaal leven

ALTIJD 100% GELD-TERUG-GARANTIE BIJ AANKOOP VAN
EEN NIEUWE OF EEN GEBRUIKTE

STOEL

DUS OOK ZONDER REDEN!

Koopt u bij ons een nieuwe of gebruikte fitform stoel, dan mag u deze na drie maanden al weer terug geven en krijgt u 100% van uw aankoopbedrag retour.

Wij zetten de koop dan om in huur voor de tijd dat u de stoel in gebruik gehad heeft. Dat kan al vanaf 3 maanden tot wel 5 jaar na aankoop.

WIJ HEBBEN RIJM 100 NIEUWE EN JONG GEBRUIKTE
FITFORM STA-OP STOELN OP VOORRAAD

VANAF **€ 899.-**

SENIORENWINKEL

AL 20 JAAR EEN BEGRIP

Diessenseweg 13 ~ Hilvarenbeek
Hoofdstraat 127 ~ Schijndel ~ seniorenwinkel.nl

Zitcomfort

Slaapcomfort

Hulpmiddelen

Verhuur



Leven doe je op je eigen manier, afscheid nemen ook.

ruimte
voor
afscheid
Beekseweg 9b
Diessen

Met zorg, aandacht en ruimte voor gevoelens regelen, begeleiden en verzorgen wij een begrafenis of crematie. Ook als u een (uitvaart) verzekering heeft kunt u ons inschakelen.

annierutten

UITVAARTBEGELEIDING

Beekseweg 10a, 5087 KB Diessen | 013 505 67 27 | www.annierutten.nl