

LEDENNIEUWS

Wij kregen bericht van het overlijden van:

Mevr. J. Geerlings-van Winsen

Mevr. W.J. Zonneveld-Slenders

OPLOSSING PUZZELS

SUDOKU

5	4	1	8	9	3	7	2	6
8	2	3	7	5	6	4	9	1
9	7	6	2	1	4	3	8	5
7	3	9	6	4	5	8	1	2
1	5	8	3	7	2	6	4	9
2	6	4	9	8	1	5	7	3
6	1	7	5	2	8	9	3	4
4	8	5	1	3	9	2	6	7
3	9	2	4	6	7	1	5	8

5	6	4	2	9	3	1	7	8
7	2	1	8	5	4	6	3	9
3	8	9	7	1	6	2	5	4
9	1	2	6	8	7	5	4	3
6	4	7	9	3	5	8	2	1
8	5	3	1	4	2	7	9	6
2	9	6	4	7	8	3	1	5
1	7	5	3	6	9	4	8	2
4	3	8	5	2	1	9	6	7

ZWEEDSE PUZZEL

PCHULP

INHOUD

Dit kunt u allemaal lezen in dit nummer van juni van:

Het nieuwsblad van de Senioren De Zilk



Inhoud:

- 1** Van de redactie
- 2** Verslag jaarvergadering
- 3** Van de bestuurstafel
- 4** Idem
- 5** Idem
- 6** Info valprefentie / Vraag en aanbod
- 7** Puzzel
- 8** Puzzel
- 9** Bewegen op muziek
- 10** Idem
- 11** Hospice
- 13** Schoolverlatersmusical / Muziekmiddag
- 14** Agenda
- 15** Bestuur Senioren De Zilk
- 16** Ledennieuws / puzzel uitslag

VAN DE REDACTIE

Jawel, het weer wordt beter, het wordt warmer en we zien de zon wat vaker. De natuur is weer helemaal tot bloei gekomen en langzaamaan komen de vakantiekriebels. Oftewel de komkommertijd komt er aan.

Dat betekent overigens niet dat er niets meer te doen is. Zo blijft de inloopochtend op de 3e woensdag van de maand en zijn er wat extra activiteiten. Alles staat in de agenda van dit nummer.

Voor ons is dit - tot Augustus – ons laatste nieuwsblad van het seizoen. Alle senioren, hoe of waar u de vakantietijd ook doorbrengt, een hele mooie zomer gewenst.

Copy voor het volgende nieuwsblad inleveren vóór 14 augustus 2024 bij:

Maria van Opzeeland, Prunuslaan 12
of Ans Korver, Breeland 70a.
of mail naar:
redactie@seniorendezilk.nl



Weet u dat onze website online is. U vindt hem hier:

SeniorenDeZilk.nl

BESTUUR SENIOREN DE ZILK

Voorzitter	Gerard Alders 06 53792808 voorzitter@seniorendezilk.nl
Secretaris	Ans Borst Druivenstein 2, 2191 XE De Zilk 0252 521453 secretaris@seniorendezilk.nl
Penningmeester	Peter Heemskerk 06 51201937 peterheemskerk@casema.nl
Bestuursleden	Sonja Verloop 06 18716025 Betty Plessing 0252 751510 betty@plessing.nl Nely Sparnaay 06 22169463
Leden- administratie	Martha Schmidt 06 29013200 ledenadministratie@seniorendezilk.nl
Bankrekening	NL76 RABO 0346998824 T.n.v. KBO De Zilk
Lidmaatschap	€ 30,- per jaar

AGENDA JUNI

3 juni	Wandelen in de duinen	10.30 uur
	Klaverjassen	13.30 uur
5 juni	Koersbal	9.30 uur
	Jeu de boules	14.00 uur
	Bingo	14.30 uur
	Diner in de Duinpan	17.00 uur
6 juni	Bewegen op muziek	10.00 uur
10 juni	Wandelen in de duinen	10.30 uur
	Prijsklaverjassen	13.30 uur
12 juni	Koersbal	9.30 uur
	Jeu de Boules	14.00 uur
13 juni	Bewegen op muziek	10.00 uur
17 juni	Wandelen in de duinen	10.30 uur
	Klaverjassen	13.30 uur
19 juni	Inloop – lunch	10.00 uur
	Jeu de boules	14.00 uur
20 juni	Bewegen op muziek	10.00 uur
24 juni	Wandelen in de duinen	10.30 uur
	Klaverjassen	13.30 uur
26 juni	SLOTMIDDAG SDZ	14.00 uur
17 juli	Inloopochtend	10.00 uur
21 aug	Inloopochtend	10.00 uur

Extra activiteiten:

Zaterdagmiddag 29 juni: 14.00 uur

Muziekmiddag in de Duinpan

Woensdag 3 juli: 10.00 uur

Musical in de Egelantierschool door de schoolverlaters.

VAN DE BESTUURSTAFEL

Verslag Algemene ledenraad 8 mei 2024.

Woensdag 8 mei waren 68 leden aanwezig op de jaarlijkse ALV van de SDZ. Twee agendapunten sprongen eruit. De nieuwe Statuten en de Financiële zorgen. Om met dat eerste te beginnen kan ik U melden dat 64 leden hun goedkeuring hebben gegeven aan de nieuwe statuten, er was 1 lid niet akkoord en 3 leden hebben zich van stemming onthouden. Na de vergadering hebben nog een drietal leden zich gemeld met een akkoord op het voorstel. Omdat bij de vergadering niet de helft + 1 van het aantal leden aanwezig was, zullen we op de slotmiddag nog een tweede vergadering hieraan wijden. De reeds ingebrachte schriftelijke stemmen tellen dan mee. We mogen dus aannemen dat we uw goedkeuring hebben voor de nieuwe statuten. Waarvoor onze dank.

Een ander belangrijk onderwerp was onze precaire financiële situatie. Gerard Alders presenteerde een toelichting via een Powerpoint presentatie. Daarbij meldde hij waar het bestuur zoal aan denkt om dit probleem op te lossen. Variërend van opheffen van de vereniging, verdubbeling van de contributie tot het zoeken naar een goedkopere accommodatie.



Vervolg Bestuur

Hij vroeg aan de leden hoe zij daarover dachten. En daar kwamen nog enkele suggesties uit voort. Het zoeken van sponsoren, het aanschrijven van fondsen, het samenvoegen van activiteiten etc.

In de bestuursvergadering van dinsdag 14 mei heeft het bestuur de verschillende opties besproken en we komen tot het volgende plan:

- We gaan de contributie niet verhogen. Verhoging van de contributie zou betekenen dat het lidmaatschap van een ouderenbond in De Zilk onevenredig duurder wordt dan het lidmaatschap in de andere kernen van de gemeente Noordwijk. Deze blijft dus € 30,- en onze penningmeester gaat zo snel mogelijk in het nieuwe seizoen de contributie innen.
- We verhogen de eigen bijdrage bij Bewegen op Muziek en de Bridge naar € 4,-. De eigen bijdrage bij Museumbezoek gaat naar € 10,-. Bij de bingo gaat de prijs voor drie ronden naar € 9,-.
- We gaan proberen voor de kosten van de Buurtsportcoach een bijdrage te vinden in het z.g.n. Leefstijlakkoord.
- We gaan in overleg met de betrokken besturen om te kijken of en hoe we het parochiehuis en de kantines van de voetbal en de tennis kunnen gebruiken als locatie voor onze activiteiten. Als ingangsdatum denken we daarbij aan 1 januari 2025.
- Op de slotmiddag zullen wij dit plan nog bespreken en kunt U nog opmerkingen cq aanvullingen kenbaar maken.

SCHOOLVERLATERSMUSICAL

Zoals elk jaar voeren de leerlingen van groep 8, de schoolverlaters, een musical op. De leden van de SDZ zijn van harte uitgenodigd. De musical wordt gehouden in de aula van de Egelantierschool op **3 juli 2024. Aanvang: 10.30 uur**. De aula is al om 10.00 uur open en kunt u genieten van een kopje koffie/thee. We hopen dat u het gezellig vindt om de musical bij te wonen!

MUZIEKMIDDAG

Zoals u in het vorig nummer van het Nieuwsblad hebt kunnen lezen, organiseert de Zonnebloem op zaterdag **29 juni** een muziekmiddag in de grote zaal van De Duinpan. Pete Bog's Bigband, die voor u gaat optreden, bestaat uit 13 blazers, een vijfkoppige ritmesectie en een zangers. De band laat swing-latin-en rockmuziek horen. De kaarten kosten € 12,50. Hierbij zijn koffie/thee, een drankje en een hapje inbegrepen.

Aanvang 14,00 uur. De zaal is vanaf 13.30 uur geopend.

Op woensdag 26 juni als de sluitingsmiddag van de SDZ wordt gehouden kunt u bij de leden van de Zonnebloem een kaart kopen. We hopen dat u het gezellig vindt om deze middag bij te wonen.

Met vriendelijke groet, de Zonnebloem.
Afd. De Zilk.



HOSPICE

We staan er niet bij stil, niet bij wat je kan overkomen en niet bij wat er dan voor je gedaan kan worden. Dat is niet verkeerd. Maar toch kan het goed zijn van tevoren ergens mee bekend te zijn. Bij de jaarvergadering van 8 mei j.l. sprak Evelien van Duin over een Hospice en met name over Het Hospice Duin en Bollenstreek in Sassenheim. In een Hospice kunnen mensen de laatste fase van hun leven, als deze niet langer dan drie maanden is, doorbrengen. Gasten verblijven in een eigen kamer, die heel persoonlijk ingericht kan worden en waar ook de familie zich thuis kan voelen. Als sterven thuis niet mogelijk is, is een hospice een plek die het dichtst bij de thuissituatie komt. Er is veel zorg en aandacht voor zowel de gasten als hun familieleden. Alle zorg wordt verleend door verpleegkundigen en veel vrijwilligers. Medische zorg wordt door de eigen huisarts gedaan of de arts die aan het Hospice verbonden is. Dagelijks worden door de koks de maaltijden bereid en familieleden kunnen daar altijd bij aanschuiven.

De kosten van een verblijf in een Hospice worden voor het grootste gedeelte door de verzekeraars vergoed, maar niet alles. Er wordt ook een eigen bijdrage gevraagd.

Wilt u meer informatie:
info@hospiceduinenbollenstreek.nl



Vervolg Bestuur

Publiciteit in de pers en Raadsvergadering op 5 juni

Onze financiële zorgen hebben wij kenbaar gemaakt aan de plaatselijke pers. In de Noordwijkerhouter en op Blik op Noordwijkerhout heeft U het één en ander kunnen lezen. Dat heeft het CDA ertoe gebracht om op de eerstvolgende Raadsvergadering een motie in te dienen waarin de raad het college vraagt om met ons contact op te nemen om de financiële zorgen te bespreken. Wij geven daar als bestuur natuurlijk acte de présence. Maar wellicht dat er óók leden het de moeite waard vinden om op 5 juni naar Noordwijk te gaan! Hoe meer zielen, hoe meer vreugd!

Toekomst van De Duinpan

Op dezelfde avond als de raadsvergadering zal er op 5 juni in De Duinpan een avond plaatsvinden om met alle belangstellenden te praten over de toekomst van De Duinpan.

De eerste van een aantal "Meedenkersbesprekingen". Ook daar zullen wij als SDZ aanwezig zijn. En ook hier nodigen wij U graag uit om daar ook uw zegje te doen. Dat wordt dus een keuze maken waar U naar toe gaat! Naar het gemeentehuis in Noordwijk of naar De Duinpan hier in De Zilk! Voor de Meedenkersbijeenkomst moet U zich wel aanmelden bij: <https://samen.noordwijk.nl>



Slotmiddag 26 juni a.s.

Op 26 juni houden we onze Slotmiddag. We beginnen om 14:00 uur met een optreden van onze Melodymakers. Zij gaan een muzikale quiz houden.

Na hun optreden houden we onze formele tweede vergadering over de nieuwe statuten. Die gaan we dan officieel vaststellen. Bovendien kunnen we nog van gedachten wisselen over de financiële zorgen.

En daarna gaan we gezellig nog wat spelletjes doen, wat kletsen en een drankje drinken. En tussendoor houden we nog een loterij!

Inloopochtenden in de zomer.

Hoewel we op woensdag 26 juni onze slotmiddag houden is daarmee het seizoen nog niet helemaal voorbij. Alle buitenactiviteiten gaan gewoon door en bovendien zijn er twee inloopochtenden gepland:

Op de derde woensdag in juli en augustus is De Duinpan weer open. Dus op woensdag 17 juli en woensdag 21 augustus bent U van harte welkom.

Vervolg bewegen op muziek

Naarmate je ouder wordt, krijg je te maken met krachtverlies. “Daarom is het zo belangrijk om te blijven bewegen en krachtoefeningen te doen. Dansen is een laagdrempelige vorm van bewegen. Iedereen kan meedoen! Het is niet alleen leuk, je haalt er ook herinneringen mee op én het brengt een gesprek op gang.”

Iedereen kent wel een liedje of muziekstuk dat bijzondere emoties oproept. Herinneringen aan een mooie vakantie, een bruiloft of een nummer van jou en je partner. Muziek doet iets met mensen. Dit geldt ook voor bewegen. Het maakt een stofje aan dat een gelukkig gevoel geeft. “Voor ouderen is het vaak aangenaam om muziek en bewegen met elkaar te combineren. Het brengt een bepaalde sfeer en dat zorgt voor een leuke activiteit. Naast dat muziek tijdens het bewegen een stimulans kan geven, kan het ook bijdragen om een gesprek op gang te brengen. Zeker wanneer je muziek afspeelt van een bepaalde periode.



11

BEWEGEN OP MUZIEK

Beweegcoach Remco combineert bewegen op muziek regelmatig met leuke oefeningen waarbij de hersenen overuren maken, want links of rechts (of was 't nou rechts, links) en iets doorgeven blijft lastig.

Ben je nieuwsgierig geworden kom dan eens langs voor een proefles en ervaar hoe gezellig bewegen op muziek is.



10

INFO VALPREVENTIE

Informatiebijeenkomst 'Valpreventie'

Op zaterdag 15 juni organiseert de gemeente Noordwijk een informatiebijeenkomst rond het onderwerp Valpreventie. Dhr Viktor de Kok, kwartiermaker valpreventie Gemeente Noordwijk, zal met U stilstaan bij de risico's op vallen, hoe dat voorkomen kan worden en waar cursussen



te volgen zijn om te werken aan spieren evenwicht. De bijeenkomst wordt gehouden in De Duinpan en begint om 10:00 uur.

De toegang is gratis en aanmelden kan via: noordwijkactief.nl Van harte aanbevolen!

	4		8	9			2	
	2			5	6		9	
								5
					5	8		
1				7		6	4	
							7	3
6	1			2	8			
	8		1				6	
3			4					

						1		
	2						3	9
		9	7				5	
			6					
					5	8		1
8		3			2	7		
		6	4	7				5
1			3	6				2
4		8				9	6	

**AANGEBODEN
EN
GEVRAAGD**

In het Nieuwsblad van mei werd een scootmobiel aangeboden. Dat brengt ons op het idee om een rubriek toe te voegen in het Nieuwsblad:

***Aangebo-
den /***

Gevraagd.

Heeft U iets in huis dat overbodig is geworden, of heeft U juist iets nodig waarvan U denkt dat iemand dat nog wel op zolder heeft staan, dan kunt U dat aan de redactie van het Nieuwsblad melden. We beperken ons bij de plaatsing van uw vragen en aanbiedingen wel tot die zaken die voor onze doelgroep interessant zijn. Bijv een rollator, een ‘sta-op-stoel’, boeken, puzzels ect.

7

PUZZEL

SUDOKU

PUZZEL

ZWEEDSE PUZZEL

8

KLEDINGSTUK		INDIEN		IEMAND DIE AFREKENT		TON	KRULLERIGE HOOFDBEDEKKING
SPOORSTAAF	2	EUROPESE VROUW		WILD ZWIJN			
				EEN ZEKERE			
VOORMALIGE SPAANSE MUNT	1						EZELSGELUID
			LAND				
			SOEP-GROENTE				
IJZER-HOUDENDE GROND		ACTEER-PRESTATIE				SPIEL	
		HOOFDST. V. ZWITSERLAND				ROMAN	
				GETIJ			PLUSPUNT
				EFFEN			
		WERELDDEEL					
KELNER		KLUITEN-BREKER					
SCHOON						TIJDVAK	
KRAP							
			BIJENHOUDER				

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

9

