



## Senioren Zomer Activiteiten 2023 voor iedereen

De Senioren Zomer Activiteiten zijn mogelijk dankzij CG-Platform, Erfgoedvereniging (v/h Heemkundekring), HOi-Huis, IVN, KBO Breugel, KBO Son, LEVgroep, PVGE, Seniorenraad en SonenBreugelVerbindt. Deelname is bijna altijd gratis; soms zijn consumpties en/of lunch voor eigen rekening.

### STILTE IN DE NATUUR

24-7

Maandag 24 juli, vertrek 19.00 uur

Kijken en luisteren in stilte naar en in de natuur. Sta eens stil bij een fluitconcert. Welke natuurlijke geluiden hoor je, ritselende bladeren?

Vertrek: De Vresselse hut (op maandag gesloten)  
Aanmelden: tussen 17.00 - 18.00 u, Henny Vredeveld, tel. 0499-471665. Maximaal 15 aanmeldingen.

### FIETSTOCHT

26-7

Woensdag 26 juli, vertrek 13.00 uur

Fietstocht naar verrassend en mooi borduur- en poppenmuseum in St. Oedenrode. Ontvangst met koffie/thee met iets lekkers. Max. 25 personen.

Vertrek: Dommelhuis. Aanmelden: Annelies v.d Laar, tel. 06-44776789. Lengte fietstocht ongeveer 20 km.



Fran Maasdam

### THEMABIJEENKOMST

28-7

"Stilstaan om in beweging te komen"

Vrijdag 28 juli 10.00 - 12.00 uur.

Gastspreekster Marjolijn den Ouden, coach en trainer Mindfulness, begeleidt ons in een "pas-op-de-plaats". Locatie: De Boerderij, bereikbaar via de parkeerplaats van de Bongerd, Asteroïdenlaan 2a, Breugel.

### WATERZUIVERING

28-7

Vrijdag 28 juli, vertrek 13.00 uur met touringcar, terug rond 16.30 uur

Bezoek aan de grootste rioolwaterzuivering van Waterschap De Dommel, in Eindhoven. Wie maakt het rioolwater van Son en Breugel schoon? En wel 600.000 m3 per uur? Ga gezellig mee en ontdek alle nieuwste ontwikkelingen om het water schoon te krijgen. Vertrek: Dommelhuis  
Aanmelden: [janfransbrouwers@gmail.com](mailto:janfransbrouwers@gmail.com) en tel. 06-30857052. Maximaal 40 personen + een eigen bijdrage van € 5,-

### LEZING GEZONDER LEVENSTIJL

1-8

Dinsdag 1 augustus, 14.00 - 16.00 uur

U bent nooit te oud om te starten met gezonde keuzes. Ook op latere leeftijd valt er veel gezondheidswinst te behalen. Ria van Dijk geeft tips om gezond en lekker te gaan eten. Zodat u zich beter voelt en u misschien wel van uw medicijnen af kunt komen. Locatie: Dommelhuis

### WANDELTOCHT

2-8

naar het vernieuwde Van Gogh Village museum Nuenen

Woensdag 2 augustus, 12.30 uur vertrekken, vervoer wordt geregeld naar Gerwen en terug naar Son en Breugel. Eindtijd ongeveer 17.30 uur.

U begint met een prachtige wandeling van Gerwen naar het museum (4 km). Daarna gaat u een kijkje nemen in het museum. Daarna lopen we weer terug naar de parkeerplaats in Gerwen. Vertrek: Dommelhuis.

Aanmelden: Jan Koks, tel. 0499-476647 (na 17 uur).

Min. 10 personen, max. 25 personen. Eigen bijdrage van € 5,- Heeft u een museumjaarkaart, graag meenemen.

### ONTDEKKINGSROUTE MET SCOOT-ON-ROUTE

2-8

Woensdag 2 augustus, vertrek 13.00 uur

We rijden door de mooie natuur van Son en Breugel en omgeving.

Vertrek: Raadhuisplein. Aanmelden: Janneke Busko-de Bruin, tel. 013- 8224549. De scootmobiel moet wel in goede conditie zijn en volledig opgeladen.

### HISTORISCHE WANDELING

4-8

Vrijdag 4 augustus, vertrek 14.00 uur

Dora Cooijmans van de Erfgoedvereniging verzorgt een interessante wandeling van maximaal 4 km door het centrum van Son.

Vertrek: Dommelhuis. Aanmelden: [sjefdenuijl@chello.nl](mailto:sjefdenuijl@chello.nl)

### KORALEN OP HET ORGEL

9-8

Woensdag 9 augustus, aanvang 13.30 uur

George Punt legt uit wat koralen zijn en laat ze horen op het Unit orgel.

Locatie: Protestantse kerk, Zandstraat 26, Son  
Aanmelden: [teamsonenbreugel@levgroep.nl](mailto:teamsonenbreugel@levgroep.nl) of tel. 0499-475361

### FILMMIDDAG

11-8

Vrijdag 11 augustus, aanvang 14.00 uur

Frans Wilbrink en Jos Bernds draaien oude films over Son en Breugel.

Locatie: HOi-Huis, max. 40 personen  
Aanmelden: [sjefdenuijl@chello.nl](mailto:sjefdenuijl@chello.nl)

### WORKSHOP SIERADEN MAKEN

15-8

Dinsdag 15 augustus, aanvang 14.00 uur

De deelnemers krijgen uitleg hoe zij met stenen en kralen hun eigen sieraden kunnen ontwerpen en maken. Naast een stukje techniek wordt ook aandacht besteed aan de vormgeving en uitstraling.

Locatie: HOi-Huis, max. 10 personen  
Aanmelden: [info@hoihuis.nl](mailto:info@hoihuis.nl) of tel. 0499 465555

### BOOTCAMP BALANCE 55+

16-8

Woensdag 16 augustus, 10.00 - 10.45 uur

Balance 55+ (voor vrouwen) is een training waarin kracht en balans worden gecombineerd. We trainen lekker buiten met een gezellige groep. De training is speciaal ontwikkeld voor vrouwen die bv. al even niet hebben gesport en weer fitter willen worden, graag uitgedaagd worden op het eigen niveau en niet op zoek zijn naar competitie.

Locatie: Speeltuin BS de Ruimte, Honingbij 1, 5692 VE Son en Breugel. Aanmelden: [hanny@best9moms.com](mailto:hanny@best9moms.com)  
Max. 16 personen. Kom in je sportkleding en neem een flesje water mee.

### TERUG IN DE TIJD

16-8

Woensdag 16 augustus, vertrek 13.30 uur

Fietstocht naar de Hoeve Strobol in Nijnsel. Het Strobol museum is meer dan een museum. Men neemt je mee op een zwerftocht langs talloze herinneringen. Eventueel kan vervoer naar het museum geregeld worden.

Vertrek: Dommelhuis. Aanmelden: Anny van Kuringen, tel. 06-53586873. Eigen bijdrage € 5,-

### POLITIEK PRAATJE

16-8

Woensdag 16 augustus, aanvang 14.00 uur

Met Jan Achttienribbe, voormalig Tweede Kamerlid

Locatie: HOi-Huis. Toegang gratis; max. 40 personen.

### GOLFCLINIC

17-8

Donderdag 17 augustus, aanvang 14.00 uur

Altijd al een keer een balletje willen slaan? Doe dan nu mee met een Golfclinic. Je wordt ontvangen met koffie en thee, daarna is er de tijd om je swing te testen.

Locatie: Golfclub Son, Rooijseweg 11, Son en Breugel  
Aanmelden: [teamsonenbreugel@levgroep.nl](mailto:teamsonenbreugel@levgroep.nl) of tel. 0499-475361. Max. 20 personen.



Fran Maasdam

### FEESTELIJKE AFSLUITING

19-8

Zaterdag 19 augustus, 14.00 - 16.00 uur

Wij sluiten deze Senioren Zomer Activiteiten af met een drankje, hapje en muziek.

Locatie: Dommelhuis