

Nieuwsbrief December

Lidmaatschap de moeite waard

Het is al weer een jaar geleden dat we gekozen hebben voor de nieuwe naam: **Ulvenhout Vitaal**. Als voorzitter ben ik van mening dat we die VITALITEIT ook uitstralen. Dat is gebleken uit de verschillende activiteiten, lezingen en cursussen die we in 2025 georganiseerd hebben. Kennelijk zijn die de moeite waard. Ook de lunch op de laatste woensdag van de maand is niet meer weg te denken uit het programma.

We hebben het afgelopen jaar ook een flinke groep nieuwe leden mogen verwelkomen. We hebben een groot deel daarvan tijdens verschillende kennismakingsbijeenkomsten ook gezien en gesproken om ze goed te informeren over het belang van het lidmaatschap. Dat is op prijs gesteld.

Zij hebben ons ook laten weten welke wensen ze hebben. Zo gaan we in januari 2026 starten met kennismakingsprogramma rond Yoga, Tai Chi en line dancing. Je kunt daarvoor de dinsdagmorgen reserveren. Je bent welkom in De Pekhoeve op **6 – 13 – 20 en 27 januari tussen 10.00 en 12.00 uur**. Daarna kan een keuze gemaakt worden voor een of meer van de aangeboden beweegvormen uit het kennismakingsprogramma. Die lessen beginnen op 3 februari.



Een bijzondere maand staat voor de deur.

We staan aan de vooravond van een bijzondere maand. We sluiten daarmee het eerste kwart van een nieuwe eeuw af.

Op maandag 1 december vindt, in De Pekhoeve, de start plaats van de nieuwe cursus **'In Balans / valpreventie'**. Alle belangstellenden zijn geïnformeerd. Aanvang 9.30 uur.

Op vrijdag 5 december wordt de kaartcyclus afgesloten. Velen vierten dan of in het weekend met elkaar Surprise als onderdeel van Sinterklaas. Laat je verrassen!

Aan het einde van de maand volgen de feestdagen. Binnen Ulvenhout Vitaal kun je op vrijdag 19 december deelnemen aan de Kerstviering. Je leest daar in deze nieuwsbrief meer over. Het vierten bestaat uit 2 delen: een viering in de Laurentiuskerk, waar Hein Dings, als lid van het nieuwe pastorale team, voorgaat in een woord- en communieviering. Aansluitend kun je aanzitten aan een feestelijk diner in De Donk. We hopen op een grote deelname. Je deelname is een prachtige gelegenheid om de verbinding met elkaar te vinden en samen terug én vooruit te kijken. Niet onbelangrijk voor een Vitaal Seniorennetwerk in Ulvenhout.

Met vriendelijke groet,

Henk van der Loo, voorzitter

Eindelijk een nieuw emailadres: ulvenhoutvitaal@gmail.com Het oude emailadres blijft nog even in de lucht, maar zal op termijn verdwijnen.

Ook de naam van het rekeningnummer bij de bank is ook gewijzigd: t.n.v. Ulvenhout Vitaal Seniorennetwerk.

Let op: geen Ulvenhout Vitaal op woensdag 17 december i.v.m. verhuur van de zaal.

19 december Kerstviering in de Laurentiuskerk om 16.00u

Diaken Hein Dings zal voorgaan in de kerstviering, m.m.v. het Parochiekoor o.l.v. Ilse Jordan. Jullie zijn van harte uitgenodigd voor deze sfeervolle kerstviering.

Een mooie start van de Kerst.

Aansluitend gaan om 17.00u de deuren van WoonZorgcentrum de Donk, Slotlaan 15, open voor het kerstdiner.

KERSTDINER op 19 december 2025

Voorgerecht

Crostini met parmaham
mini mozzarella en balsamico creme

*

Soep

Ossenstaartsoep

*

Hoofdgerecht

Kalfsoester met port bramensaus
of
scholrolletje met romige mosterd saus
op een bedje van fluweelzachte doperwtten creme
Geserveerd met een gepofte knolselderij
aardappelpuree en gebakken wortel linten

*

Nagerecht

Appel walnoot gebakje met zwitserse room
zoete vijg en framboos crumble

Er wordt een 4 gangen diner aangeboden, waarbij je, bij het hoofdgerecht de keuze hebt tussen vlees of vis. Dit alles inclusief 2 consumpties.

Je kunt deelnemen door € 34.00 per persoon (introducé €44.00) vóór 8 december 2025 over te maken op onze bankrekening NL 61RABO 0116754753 tnv Ulvenhout Vitaal Seniorennetwerk

Wil je ook je **voorkeur voor vis of vlees vermelden** of eventuele dieetwensen.

Let op: Houdt er rekening mee dat extra consumpties alleen met pinpas betaald kunnen worden.

Geen lunch in december. Ook geen Bingo.

Let op: er zijn geen activiteiten in de Pekhoeve van Ulvenhout Vitaal vanaf 22 december tot en met 4 januari.

De nieuwjaarsbijeenkomst is op 9 januari.

Start proeflessen Yoga, Tai Chi en Line Dancing op 6 januari.

De kennismakingslessen zijn op dinsdagmorgen van 10.00u tot 12.00u in de Pekhoeve, op **6 – 13 – 20 en 27 januari.**

We vragen je bij binnenkomst op 6 januari €10.00 contant te betalen.

Seniorenexpo Veldhoven in samenwerking met Senioren Brabant-Zeeland van dinsdag 13 t/m zondag 18 januari.

De jaarlijkse beurs voor Senioren vindt weer plaats in Conference Centre Koningshof in Veldhoven. Dagelijks te bezoeken van 10.00u tot 17.00u.

Er is op veel terreinen iets te zien/ beleven:

Wonen & Leven, inspiratie voor huis & tuin, slimme onderhoudstips en sfeervolle inrichting.

Vakanties: van verre reizen tot verrassende uitstapjes dicht bij huis.

Gezondheid: gezond eten, verantwoord bewegen en fit blijven.

Mode & Beauty: de nieuwste trends in fashion en persoonlijke verzorging.

Maatschappij: goede doelen, veiligheid, welzijn en financiële zekerheid.

Vrije tijd: hobby's, educatie, mobiliteit en de leukste dagjes uit.

Shows: elke dag spectaculaire mode-, muziek- en dansshows.

Kijk voor meer informatie op: www.seniorenexpo.nl

Op vertoon van je ledenpas betaal je slechts €10.00 voor een toegangkaart. Als je online bestelt hoef je niet in lange rijen te wachten.

Nieuwe Ulvenhout Vitaal Workshop Vrij Teken en voorjaar 26 januari 2026

Als vervolg op de Workshop Vrij Teken en in het najaar 2025 gaat op 10 maandagmiddagen, van 26 januari t/m 20 april 2026 m.u.v. 9 en 16 februari en 6 april van 14.00 tot 16.00 uur in de Pekhoeve van Ulvenhout, een nieuwe Workshop van start. De workshop staat open voor iedereen, van beginner tot ervaren liefhebber, en wordt ook nu weer gegeven door Dora van den Hoven.

Voorop staat dat iedereen op haar/zijn niveau nog meer plezier krijgt in tekenen. Gewerkt wordt aan de hand van een eigen of gemeenschappelijk gekozen onderwerp. Het basis materiaal zelf meenemen.

De kosten bedragen € 115,00 (€ 125,00 voor niet-leden Ulvenhout Vitaal). Aanmelding is door overmaking van het bedrag op rek.nr. NL76 RABO 0116 7864 93 t.n.v. G. Raupp Ulvenhout. Verzoek uw telefoonnummer en e-mailadres op uw overschrijving te vermelden.

Het maximum aantal deelnemers is 10.

Inlichtingen bij Ulvenhout Vitaal lid Fried Raupp tel: 076 565 62 39, email: f.raupp@casema.nl

Bezoek Europees Parlement 2026

Ulvenhout Vitaal organiseert in 2026 een bezoek aan het hart van Europa: het Europees Parlement in Brussel op **vrijdag 20 maart 2026**

Voor de organisatie hiervan willen we graag weten hoeveel belangstelling er is.

Willen degenen die belangstelling hebben zich voor 15 december aanmelden bij Mieke Vos tel: 06-13101852, email: ulvenhoutvitaal@gmail.com

We hebben een interessant programma:

We gaan met de bus vanuit Ulvenhout

Om 11 uur worden we ontvangen door Tom Berendsen, fractielid van de Europese Volkspartij en in 2024 lijsttrekker voor het CDA bij de Europese verkiezingen.

Tom houdt een inleiding met mogelijkheid van discussie.

12 uur: bezoek aan de grote vergaderzaal en publieke tribune van het parlement

12.30-13.30 warme lunch

13.30- 15.00 bezoek aan het Huis van de Europese Geschiedenis

15.00-16.30 rondrit langs historische plaatsen van Brussel

Rond 18 uur zijn we weer terug.

We krijgen voor dit bezoek een bijdrage van het Europees Parlement. De kosten zijn daardoor laag, tussen de € 20 en € 35 per persoon.

Het programma wordt nog meer concreet gemaakt. Er zijn in Brussel geen belemmeringen voor rolstoelers of rollators.

Laat Mieke weten of u meegaat! ulvenhoutvitaal@gmail.com

Ton Crul/Jo Box