



Westerhoven

de M
I
M A K

februari 2017
Jaargang 42 nr. 02

Correspondentieadres:
Jo Coppens
Ekkerweg 22
5563 BR Westerhoven
Telefoon 040-2047577
mikmakwesterhoven@gmail.com
Bank: Rabobank Bergeijk
Rekening NL 26 RABO 0157 992 993



INHOUD

- 02 Kerkberichten
- 03 Vrijwilligers gezocht, terminale thuiszorg
- 04 De kerk in ons midden... in ons dorp
- 05 Opbrengst collecte dierenbescherming
- 06 Activiteiten voor ouderen
- 07 Eetpunt Hoefzicht
- 08 Buitengaander
- 09 Bibliotheek Leeskring
- 10 Cursus Digi-sterker – Herhalingslessen reanimeren
- 11 Toneelclub Westerhoven speelt 'Foute Scouten'
- 12 Krentenmikactie in Koffiegat
- 13 Alzheimer café – Iristrefpunt
- 14 Nieuws van fanfare Irene
- 16 Verslag zittingsavonden koffieleuters
- 18 Voorjaarsmarkt – Viering koningsdag
- 19 Fysiotherapie bij hoofdpijn
- 21 Valentinusdag
- 22 'Wat kies jij' Bewustwordingscampagne in de Kempen
- 24 Gedicht
- 26 Carnavalspuzzel
- 27 Belangrijke telefoonnummers en adressen
- 28 Data

Overleden:

zondag 15 jan. 2017 Jo Kwinten-Koevoets, geboren 17-12-1930
zaterdag 21 jan. 2017 Jan Teunissen, geboren 14-09-1923

Agenda:

maandag 6 febr. bijeenkomst wijk-contact-personen.
zaterdag 11 febr. Presentatie-viering Communicanten
maandag 13 febr. bijeenkomst van Vormelingen

parochie-vergadering:

dinsdag 14 febr. 19.00 uur Lof en processie naar Valentinuskapel.
zaterdag 25 febr. 19.00 uur Misviering in teken van Carnaval.
Woensdag 1 maart 19.30 uur Avondmis **Aswoensdag**

**Wilt u iets betekenen voor mensen
in de laatste fase van het leven?***Meld u dan nu aan als vrijwilliger!*

Het GOW Welzijnswerk is op zoek naar vrijwilligers die iets willen betekenen voor mensen in de laatste levensfase. Denk hierbij aan het ondersteunen en ontlasten van de mantelzorgers, het bieden van aanwezigheidshulp en het uitvoeren bij lichte zorgtaken (kopje koffie zetten, boterham smeren, e.d.).

Als vrijwilliger sluit u aan bij een bestaande groep vrijwilligers (Vrijwillige (Terminale) Thuiszorg), die regelmatig samenkomen en die diverse cursussen aangeboden krijgen. U werkt vrijwel altijd zelfstandig, maar er is wel voortdurend afstemming mogelijk met andere vrijwilligers en de (vrijwillige) coördinatoren. Vaak vormt u met een of twee mede-vrijwilligers een groepje waarop mantelzorgers kunnen terugvallen en waarmee u afstemt wanneer en welke ondersteuning nodig is.

Kunt u zelfstandig werken? Bent u flexibel inzetbaar? Wilt u graag iets betekenen in deze bijzondere fase van iemands leven? Meldt u dan nu aan voor een vrijblijvend gesprek met één van onze coördinatoren.

U kunt contact opnemen met het GOW Welzijnswerk: 0497-514746
info@gowwelzijnswerk.nl

De kerk in ons midden... in ons dorp

Een kerk is vaak, voor veel mensen, een belangrijk bakken in een dorp en dat is de kerk ook voor ons. Zeker in deze tijd waar alle zaken ons links en rechts voorbij flitsen en we steeds minder tijd voor bezinning vinden. We worden vaak geleefd, of we dit nu willen of niet.

In onze parochie, de Parochie H. Bernardus van Clairvaux, hebben wij een zestal kerken en een kapel in Luyksgestel. Ons pastoraal team bestaat uit: pastoor Piet Rijkers, pastoor Luc Buyens, kapelaan Bart Teunissen en diaken Jan Verstappen. Hen is de pastorale zorg toevertrouwd alsook het voorgaan in de verschillende liturgische vieringen in de diverse kerken. Ook wordt er soms beroep gedaan op priesters van buiten de parochie.

Pastoor Rijkers verzorgt, ondanks zijn hoge leeftijd, meestal de vieringen in Riethoven en Westerhoven en daar zijn we heel blij mee. De andere drie teamleden houden zich op in Bergeijk, de Weebosch, Luyksgestel en 't Loo maar zullen beslist, indien noodzakelijk, invallen in Westerhoven en Riethoven mocht pastoor Rijkers om gezondheidsredenen of andere reden dit nodig achten. Kijken we naar de kosten van de kerkgebouwen dan liggen de gemiddelde kosten voor het openhouden van één kerkgebouw tussen de 32.000 en 35.000 euro per jaar, hetgeen een significante kostenpost is. Hierbij zijn de kosten van het pastorale team, alle bij behorende kosten voor alle diensten et cetera niet inbegrepen. Het moge duidelijk zijn dat ook grote restauraties niet in dit bedrag zijn opgenomen. Voorwaar een grote kostenpost. De belangrijkste kosten behelzen: verwarming, onderhoud, verzekeringen en inspecties voor veiligheid. Daarnaast hebben we gelukkig veel vrijwilligers die gezamenlijk de kerken schoonhouden, sieren en alle voorkomende werkzaamheden uitvoeren. Zonder deze mensen zouden de kosten voor het openhouden van een kerkgebouw nog veel hoger liggen.

Willen we gezamenlijk al onze kerken openhouden dan zullen we ook gezamenlijk voldoende middelen bij elkaar moeten brengen om dit mogelijk te maken. Als de kosten 35000 euro per jaar zijn, moeten we ook minimaal dit bedrag met de kerkbijdrage bij elkaar brengen. Dit betekent dat, indien we allemaal maar de minimale bijdrage zouden betalen, we toch minimaal in elk kerkdorp 500 betalende gezinnen zouden moeten hebben om de kosten te kunnen

financieren. In de grote kernen is dat makkelijker dan in de kleinere. Het is goed dat we ons dit realiseren. Bergeijk 't Hof is het grootste kern, daarna volgt Luyksgestel en Riethoven, Westerhoven en de Weebosch zijn de kleinere kernen.

Maar wij, kleine kernen, zullen ons niet laten kennen... hoop ik. Tevens hoop ik dat voor hen die het belangrijk vinden dat de kerk in 'ons dorp' open blijft de kerkbijdrage ook 'een pondje' meer mag zijn.

Het zou fijn zijn als zowel ik als de parochie op jullie allen kunnen rekenen.

Tot mijn volgende bijdrage...
een bezorgde parochiaan,
Jan Kwinten



Opbrengst collecte Dierenbescherming 2016

De opbrengst van de collecte in Riethoven, Westerhoven en Walik was dit jaar € 1077,34.

Het geld wordt goed besteed en gaat met name naar

asiel-, ambulance- en inspectiewerk in de regio.

Namens de Dierenbescherming bedanken we alle gulle gevers, en natuurlijk ook onze collectanten, voor dit mooie resultaat.

De Dierenbescherming zet zich met grote betrokkenheid in voor dieren in nood en vergeten dieren. Hierbij is zij voor een groot deel afhankelijk van giften en donaties van particulieren en bedrijven.

De opbrengst van de jaarlijkse collecte is hiervan een belangrijk onderdeel. Mede hierdoor kan de Dierenbescherming haar werk blijven doen!

Met diervriendelijke groet,
Gera Appels,
Wijkcoördinator Dierenbescherming
Riethoven, Walik, Westerhoven



Activiteiten voor ouderen februari 2017



maandag :	6^e - 13^e - 20^e
9.00 - 11.15	meer bewegen voor ouderen
maandag :	6^e - 13^e - 20^e - 27^e
13.30 - 16.30	biljarten en kaarten
maandag :	13^e - 20^e - 27^e
14.00 - 15.30	Engelse conversatieles
dinsdag :	7^e - 14^e - 21^e - 28^e
13.30 - 16.30	koersbal
13.30 - 16.30	servicepunt R.S.Z.K.
woensdag :	1^e - 8^e - 15^e - 22^e
8.50 - 9.50	volksdansen
10.15 - 11.15	koorrepetitie "De Wielewaal".
14.00 - 16.00	jeu de boules (behalve bij regen en sneeuw)
woensdag :	1^e
13.30 - 16.30	kienen
woensdag :	8^e - 15^e - 22^e
13.30 - 16.30	kaarten en biljarten
woensdag :	1^e - 8^e - 15^e - 22^e
19.45 - 23.00	bridgen Multi Colour
donderdag :	8^e
17.30	eetpunt bij Woest
vrijdag :	3^e - 10^e - 17^e - 24^e
9.30 - 12.00	dagbesteding
9.30 - 12.00	servicepunt R.S.Z.K.
12.00 - 13.30	lunch
13.30 - 16.00	dagbesteding
14.00 - 15.00	fysiogym
15.00 - 16.00	fysiogym

vrijdag : 24^e
13.30 vergaren van de MikMak
zaterdag : 18^e
20.00 - seniorenbal met Raad van Elf (**locatie:Hoefzicht**)

Alle activiteiten zijn in Hoefzicht tenzij anders aangegeven.

**Menu Eetpunt Hoefzicht/Woest
do. 9 februari 2017**

Tomatensoep
Schnitzel champignonsaus
of
Vistoofpotje
Verrassingsdessert

Aanvang: 17:30 uur

Reserveren bij Mieke van Aalst

Tel: 040-2213047

E-mail: miekevanaalst@hotmail.com

Iedereen vanaf 55+ is van harte welkom, prijs € 10,00



Westerhovens Winterfeest 2017

Met de weergoden aan onze zijde hebben we met zijn allen het achtste Winterfeest gevierd. Voor de opbouwers was het heftig, te werken in de kou en ijzel.

Daarom een heel **GROOT COMPLIMENT** aan iedereen die op zaterdag het weer heeft getrotseerd om het plein in gereedheid te brengen. Petje af!! (al hadden de meeste bouwers een petje op...). Om het een beetje in beeld te brengen: zaterdag hadden we 34 personen, die op het plein en in De Buitengaander actief waren, aan de lunch zitten.



De organisatie is blij met de medewerking van zoveel vrijwilligers om dit feest mogelijk te maken. Want laten we eerlijk zijn, het is leuk om naar het feest te komen en dan vooral aan de voorzijde van de kraampjes. Maar realiseert u zich ook dat er zonder de mensen in de kraampjes geen Winterfeest te vieren valt? Zonder de actievelingen die het plein in orde maken überhaupt geen kraampjes. En dat op maandagavond het plein en De Buitengaander weer leeg en schoon moet zijn. Welbeschouwd een huzarenstukje om dit met vrijwilligers gerealiseerd te krijgen! Toppertjes!!

Piet Adriaans, alias Pietje Val, had weer tal van mooie houten spulletjes in zijn kraam om met zijn loterij de Jeugdactiviteiten in De Buitengaander te ondersteunen. In samenwerking met WijWesterhoven komt dit de kinderen van Westerhoven ten goede. Trouwe bezoekers van de nieuwjaarsreceptie zullen gemerkt hebben dat er deze ronde nieuwe hapjes te proeven waren. Dat wil de organisatie graag voortzetten op het volgende Westerhovens Winterfeest. Ook al is het nog ver weg; heeft u leuke ideeën, wilt u meehelpen, wilt u een kraampje bemannen of anders ondersteunen? Neem contact op met Marloes van Beek, De Buitengaander, info@buitengaander.nl of (040)2013961. En nogmaals een hartelijk dank aan alle vrijwilligers. En aan onze bezoekers: graag tot ziens op 7 januari 2018.



Bibliotheek leeskring

Emmy Okhuysen en Annette Rouwen zijn Bibliotheek De Kempen die op diverse locaties activiteiten opzetten. In De Buitengaander zijn o.a. al verschillende voorlees- en vertelmomenten geweest. En één keer per maand is het digicafé op dinsdagochtend. Ondertussen wordt achter de schermen aan nieuwe activiteiten gewerkt zoals een cursus "Leren omgaan met de E-overheid", waarover verderop meer.

In verschillende Kempengemeentes zijn leeskringen.

Een **leeskring** is een kleine groep mensen die tijdens een aantal weken hetzelfde boek leest. Ze komen daarna samen om te praten en te discussiëren over het boek, de literatuur of de schrijver. Het idee is geboren om dit in Westerhoven ook te organiseren, maar daarvoor willen ze weten of er animo voor is. Ben je een lezer en lijkt het je leuk om aan een leeskring of leesclub deel te nemen, dan kun je je aanmelden bij Annette:

a.rouwen@bibliotheekdekempen.nl



CURSUS DIGI-STERKER:

De bibliotheek organiseert samen met St. Ouderen & Informatietechnologie (S.O.&I.) een cursus **leren omgaan met de E-overheid**.

O.a. Digi-D (aanmaken en) gebruiken, gemeente digitaal benaderen voor paspoort, rijbewijs en nog veel meer.

Wanneer: maandag 6 febr. – 20 febr. – 6 mrt. – 13 mrt.

Hoe laat: van 13.30-15.30 uur

Waar: computerlokaal S.O.&I. Dr. Rauppstr. 35

Kosten: € 40,- incl. cursusboek en koffie/thee

Info en/of aanmelden:

a.rouwen@bibliotheekdekempen.nl



Reanimatie De Kempen

Herhalingslessen reanimatie met AED op 16,24 en 25 januari in Bladel, 17, 23 en 31 januari in Bergeijk, 18 en 30 januari 2017 in Eersel.

De avonden gaan door bij voldoende belangstelling.

Herhalingsles € 12,00.

Opgave/informatie reanimatieaed@upcmail.nl,

www.reanimatie-dekempen.nl Tel:0497-573751

Toneelclub Westerhoven speelt 'Foute Scouten'

Na het overweldigende succes van 'Onjeklonje,' brengt toneelclub Westerhoven weer een nieuwe productie op de planken!

Dit jaar spelen zij 'Foute Scouten' – geschreven door Mart Moors en geregisseerd door Louis Baeten.

Dit blijspel zit niet alleen vol lachwekkende taferelen, maar is ook heel erg spannend!

Twee psychologen gaan het bos in om therapie aan een bonte groep mensen te geven. Dit doen zij door de zogenaamde 'scoutmethode.'

Stelletjes met relatieproblemen leggen hun ziel bloot in de vrije natuur! Onder het mom van padvinderij proberen de koppeltjes weer dichter bij elkaar te komen.

Het gevolg is hilarische chaos en komische misverstanden!

Maar dat is niet alles! Er sluipt 'iets' rond in het bos! Iets gevaarlijks! Zonder het zelf te beseffen, lopen de padvinders groot gevaar.

Toneelclub Westerhoven speelt op:
25 en 26 maart en op 7, 8 en 9 april 2017
om 20.00 uur in de Buitengaander te Westerhoven.
De toegang is €10,- incl. een kopje koffie
Kaarten zijn te bestellen via: www.toneelwesterhoven.nl
Of vanaf 18 februari 2017 via 040-2018745



KRENTENMIKACTIE IN KOFFIEGAT ZATERDAG 4 februari 2017

Op zaterdag 4 februari a.s. zullen de leden van de Raad van Elf vanaf ca. 10.00 uur weer door de Koffiegatse straten trekken om U in de gelegenheid te stellen een overheerlijke, GROTE krentenmik te laten winnen. De krentenmikken worden speciaal hiervoor gebakken en deze worden U aangeboden door onze eigen Koffiegatse bakkerij van Poppel.

Hoe meer loten U koopt, hoe groter de kans is op het winnen van zo'n overheerlijke krentenmik!!

De loten kosten:

- * 10 loten € 2,50
- * 20 loten € 3,50
- * 45 loten € 5,00
- * 100 loten € 10,00



De 61e trekking van de krentenmikactie vindt plaats na afloop van de rondgang.

De uitslag hiervan kunt U vinden op onze eigen website:

www.dekoffieleuters.nl, de Eyckelbergh,
www.westerhoven-events.nl en op de aanplakbiljetten bij de Buitengaander en de cafés.

Indien U tot een van de gelukkige prijswinnaars behoort, kunt U dit t/m 19 februari o.v.v. uw straat en lotnummer laten weten aan Harry van Poppel (040-2018382).

De gewonnen krentenmik wordt dan in de week voor carnaval bij U thuisbezorgd tegen overlegging van het winnende lot!

Wij hopen weer op Uw financiële steun te mogen rekenen om Carnaval 2017 voor jong en oud weer tot een onvergetelijk succes te kunnen maken. Bij voorbaat onze hartelijke dank en tot 4 februari bij U thuis aan de deur!

Carnavalsstichting de Koffieleuters

Prins Botanicus

www.dekoffieleuters.nl



Donderdag 9 februari Alzheimer Café De Kempen

Locatie: De Eikenburg, Eikenburg 10 te Eersel.

Aanvang: 19.30 uur zaal open om 19.00 uur.

Toegang is gratis, evenals koffie en thee

Zolang mogelijk thuis blijven wonen.

Ruim 50% van de mantelzorgers zorgt dagelijks of continu voor zijn naaste. Van hen voelt de helft zich tamelijk tot zwaar belast.

In ons café zeggen we altijd: Dementie heb je niet alleen. Maar welke zorg en ondersteuning kan er thuis dan geboden worden?

Vanavond spreken we daarover met een wijkverpleegkundige.

U bent van harte welkom.

Voor meer informatie kunt u mailen naar info@gowwelzijnswerk.nl of bellen naar 0497-514746

Iristrefpunt Ontmoetingsgroep voor blinden en slechtzienden

Het Iristrefpunt is een ontmoetingsgroep voor Blinden en Slechtzienden uit de Kempengemeenten.

Elke eerste donderdag van de maand is er 's middags een bijeenkomst in wooncomplex de Koperwiek in Eersel. Het belangrijkste is het contact met lotgenoten.

De groep wordt begeleid door een aantal enthousiaste vrijwilligers.

Zij zorgen voor een gezellige middag. Er wordt getracht zo veel mogelijk tegemoet te komen aan de wensen van de deelnemers.

Bent u 40 jaar of ouder en heeft u een visuele beperking, dan bent u welkom.

Deelnemers betalen een kleine financiële bijdrage voor koffie en thee en voor het programma.

Donderdag 2 februari is er weer een bijeenkomst. Het Iristrefpunt wordt gehouden in de Koperwiek, hoek Stevensstraat – Gebr. Hoeksstraat, in Eersel, van 13.30 tot 16.00 uur.

Mocht het vervoer een probleem zijn dan wordt daar in goed overleg een oplossing voor gezocht.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met GOW Welzijnswerk tel. 0497-514746.



NIEUWS VAN FANFARE IRENE

Programma 2017

Zo 12 maart Uitwisselingsconcert te Borkel
Za 01 april Try-out tbv De Adriaan te Wintelre
Za 08 april Optreden De Adriaan te Riethoven
Di 11 april Algemene Ledenvergadering
Za 22 april Oud ijzer voorjaarsactie
Do 27 april Koningsdag, aubade, kinderspelen
Zo 30 april Voorjaarsmarkt met kraamverkoop
Za 13 mei Processie Meerveldhoven
Zo 25 juni Themaconcert Leerlingenorkest
Juni Donateursactie fanfare
Zo 09 juli Terrasconcert fanfare



Na het Kerstconcert en de Nieuwjaarsreceptie op weg naar weer een nieuwe uitdaging: De Adriaan.

Op za 8 april doet fanfare Irene mee aan bovengenoemde muziekwedstrijd.

Een muziekwedstrijd waarbij een muziekkorps met een solist zijn beste kunnen laat horen ten overstaan van een vakjury.

Het nummer dat door ons ten gehore wordt gebracht is Caprice for Saxophone van Stephen Bulla.

Onze soliste is Meike Theuws op haar alt-saxofoon.

Het optreden van fanfare Irene staat voorlopig voor 21.20 u gepland en vindt plaats in een grote hal aan de Hennepstraat 8 te Riethoven.

Stichting De Adriaan

Op 16 april 1992 is de stichting "De Adriaan" in het leven geroepen met als doel het bevorderen van muziekbeoefening door amateurs en het verstevigen van de onderlinge banden tussen muziekverenigingen in onze regio, in het bijzonder die voor harmonie en fanfare, een en ander in de eerste plaats ter stimulering van jong muzikaal talent.

De stichting tracht bovengenoemd doel te bereiken door elke twee jaar een muziekwedstrijd te organiseren in Riethoven voor muziekverenigingen met een jonge solist(e).

Voor de beste muzikale prestatie wordt een onderscheiding toegekend aan de solist(e) in de vorm van een bronzen beeldje, "de Adriaan" – een trompetblazer die gemaakt is door de bekende Brabantse kunstenaar: wijlen Mevrouw W. Slegers- van der Putt. De stichting is vernoemd naar de heer Adriaan Sweegers uit Riethoven, die in januari 1990 is overleden en voor wie muziek een belangrijke plaats innam in zijn leven. Lange tijd is hij een enthousiast bestuurslid geweest van het Riethovens Harmoniecorps.

Word fan van fanfare Irene!

We kunnen ons verheugen op een flinke toeloop van nieuwe leden in alle leeftijdscategorieën en op diverse instrumenten.

Dit succes is bereikt door de enthousiaste inzet van onze leden en onze dirigent, in nauwe samenwerking met basisschool "De Ster" en muziekschool "Art4U" en gesteund door de dorpsgemeenschap van Westerhoven. Hartelijk dank aan iedereen die daaraan heeft bijgedragen en bij deze een oproep om door te gaan op de ingeslagen weg.

Hoort, zegt het voort: **"Word fan van fanfare Irene!"**

PROEVEN AAN MUZIEK MAKEN

Muziek maken is een geweldige invulling van uw vrije tijd.

Gewoon als 40+er met muziek beginnen! ik zeg DOEN.

Het plezier hebben in het samen musiceren staat daarbij voorop. Op dinsdag is onze repetitieavond. U bent van harte welkom om deze bij te wonen. OUD of JONG denkt u er over om muziek te gaan maken of weer in te stappen, wij staan u graag te woord.

Bij vragen mail naar: fanfare.irene@upcmail.nl

Muziek maken: daar word je slimmer van!!!

Bezoek ook onze website: www.fanfarewesterhoven.nl

Zitting 2017 van Carnavalsvereniging de Koffieleuters in Westerhoven.

Met een hoop nieuwe acts en vooral ook nieuwe gezichten is de Zitting 2017 zeker een succes geworden.

De opkomst van de Prins Botanicus is met een leuke act met film een frisse start.

We gingen van start met zijn leus/zin: De beuk erin!!

Daarna kwamen de Leuterhannekes. Zo leuk die kleintjes, maar natuurlijk ook de andere leeftijden en zeker gelet op hun nieuwe kleding. Complimenten, het is een prachtige show geworden.

Dit jaar was er een nieuwe gezicht als presentator, Kees Smolders, samen met Annemiek vormen zij een nieuw duo.

We hebben kunnen ervaren waar de ouderenzorg naar toe gaat met al die bezuinigingen. Daar werden schrijnende voorbeelden en situaties van geschetst waar je van rilt en gruwelt. We konden er erg om lachen maar hopen het zelf nooit mee te maken!

Wat er gebeurt bij het inburgeren van vluchtelingen in Westerhoven werd goed neergezet door Nirak en Elleiram. Dit in combinatie met de carnaval is een ware uitdaging.

De kids van de Prins, Vorst en Adjudant hebben laten zien dat ook zij iets leuks kunnen neerzetten met elkaar. Goed in het geniep kunnen oefenen en als verrassing voor de Prins.

Wat was het thema Efteling mooi uitgewerkt voor en door de Leuterhannekes. Vele herkenbare onderdelen werden door dans en prachtige kostuums tot een wervelend show samen gesmolten. Hier waren alle leeftijden bij betrokken en zag je duidelijk een warme eenheid. Ook hier is er veel aandacht aan de uiteenlopende prachtige outfits besteed.

De o zo bekende Westerhovense juf kwam ook met haar twee eveneens o zo bekende leerlingen Joostje en Fransje weer met een heel verhaal. Ze hadden Roefeldag. Wat een eigenzinnige leerlingen heeft ze.

Vele dorps-issues passeerden de revue. Van ontbrekende pinautomaat in Westerhoven tot aan de laatste roddels uit het dorp. Om van alle nieuwtjes en roddels uit het dorp op de hoogte te blijven moet je gewoon simpelweg naar de zitting gaan. Je bent dan weer helemaal bijgepraat. Sjak levert daar ook zijn aandeel in. Hoe leuk is het wanneer jijzelf door je eigen kinderen gespeeld word! Hilarisch voor zowel de moeders als ook het publiek.

De heren Kwinten zijn klaar om te daten. Ze willen graag aan de vrouw maar die is moeilijk te vinden. Samen filosoferen ze er op los. De burgermoeder is aanwezig in de zaal en Jan besluit ook bij haar te polsen of zij een dochter heeft die ervoor beschikbaar is. Zal het hun lukken?

De Drassers in hun nieuwe setting zorgen de gehele avond voor de muzikale omlijsting. Adjudant Marc vult deze dit jaar aan met zang. De zaal zingt uit volle borst mee.

Zo zit je achter de tralies en ontsnap je, maar blijkt dat je wederom niet verder kan door andere tralies. Dat overkwamen de heren Nol en Grad. Ze hebben daar dan hun tijd nuttig besteed door vele onderwerpen met het publiek te delen. Zoals gebruikelijk de gangmakers als afsluiting. Het was een hoop vermaak en gezelligheid. Bij de finale zie je pas goed hoeveel mensen hebben mee gedaan met deze zitting. Ook achter de schermen en op het toneel. Het was zeker weer geslaagd!



© Geert-Jan van Brakel

30 april VOORJAARS MARKT

Met vele verkoopkramen en kofferbakverkoop!!

Met voor de kids diverse kinderattracties!!

En voor inwendig behoeftigen
een groots Food Truck spektakel!!

Natuurlijk is er voor de Westerhovense verenigingen en kinderen van de basisschool volop de gelegenheid wat extra's binnen te halen voor hun kas.

NB: U kunt zich aanmelden voor een kraam of de kofferbakverkoop via: info@by-maud.nl

Westerhovense verenigingen kunnen zich aanmelden voor een kraam per mail op: fanfare.irene@upcmail.nl

27 april 2017 viering KONINGSDAG

Steeds weer een bijzondere dag die wij natuurlijk weer groots gaan vieren ter ere van de verjaardag van Koning Willem-Alexander met koningin Maxima aan zijn zijde. Onze Herauten zullen er voor waken dat u tijdig bij de AUBADE op het kerkplein en de FIETSJESTOCHT aanwezig kunt zijn. Ook dit jaar zullen wij voor de fietsjestocht weer een passend thema bedenken, hierover volgende keer meer. 's Middags organiseren wij weer allerlei leuke activiteiten voor de kinderen van de basisschool en brugklassers in de dorpskern.



We starten met diverse leuke KINDERSPELEN en besluiten met een 'GRANDIOZE ZEEPKISTEN RACE', in de Dorpstraat en rond om het Mgr. Biermansplein. In de avond is weer de jeugddisco in zaal het Centrum. Zorg dat u erbij bent!!

corr.adres: fanfare.irene@upcmail.nl of t.kaptheyns@chello.nl

Met vriendelijke groet: Het Oranje Comité

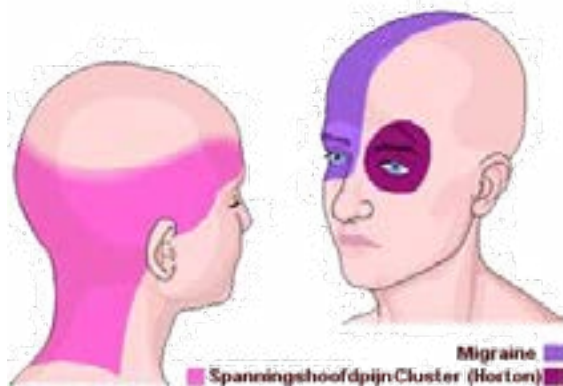
Fysiotherapie bij hoofdpijn

Vrijwel iedereen heeft wel eens last van hoofdpijn. Sommige mensen hebben er zelfs heel vaak last van, vrouwen iets vaker dan mannen. Er bestaan heel veel verschillende soorten hoofdpijn. De meest bekende vormen zijn migraine en spierspanningshoofdpijn.

Migraine (latijns: *hemicrania*) betekent letterlijk "half hoofd" en kenmerkt zich door heftige kloppende pijn meestal aan één zijde van het hoofd. Maar het kan ook dubbelzijdig optreden. Vaak heeft de patiënt ook last van misselijkheid en/of overgeven en overgevoeligheid voor licht en geluid. Lichamelijke inspanning, zoals bijvoorbeeld fietsen, verergeren de klachten. De oorzaak van migraine is nog steeds onduidelijk.

De meest voorkomende soort hoofdpijn is **spierspanningshoofdpijn**. Deze wordt toegeschreven aan overmatige spanning in de nek- of gelaatsspieren.

Spanningshoofdpijn komt het meest voor bij personen in de leeftijdsgroep van 25-44 jaar. De pijn is mild tot matig intensief en drukkend of klemmend van aard. Hij treedt altijd dubbelzijdig op en gaat meestal niet gepaard met andere verschijnselen. Lichamelijke inspanning verergert de klachten niet. Wel kan de hoofdpijn door langdurig in dezelfde houding zitten, zoals b.v. computeren, opkomen en/of toenemen.



Een andere soort hoofdpijn is de zogenoemde "cervicogene hoofdpijn" (nek-hoofdpijn). Iemand met dit soort hoofdpijn voelt de pijn vanuit de nek naar één zijde van het hoofd stijgen. Het draaien van het hoofd in één richting is verminderd en de hoofdpijn neemt door deze draaibeweging toe. De reden is in dit geval een of meerdere vastzittende wervels in de nek.

Hoofdpijn en fysiotherapie/manuele therapie

De oorzaak van hoofdpijn is meestal niet bekend. Voor een goede behandeling van de hoofdpijn is de juiste diagnose van belang. Uw huisarts kan u hierbij helpen.

Wat kan de fysiotherapeut of de manueel therapeut voor iemand met hoofdpijn betekenen? Met name spierspannings- en cervicogene hoofdpijn kan de fysio-/manueel therapeut goed behandelen. Hij/zij zal eventueel vastzittende spieren en nek-wervels weer los maken.

Tevens is er door wetenschappelijk onderzoek aangetoond dat bijvoorbeeld bij spanningsgerelateerde hoofdpijn een oefenprogramma, gericht op de nek, een succesvolle behandelingsmethode is.

Heeft u spanningshoofdpijn of hoofdpijn vanuit de nek dan kunt u bij uw fysiotherapeut of huisarts informeren naar de behandelingsmogelijkheden.





Valentinusdag!

*Het Licht is uitgezaaid en niet door weer en wind te doven.
Hoe diep het donker ook, wij zullen in zijn kracht geloven.
Het Licht is uitgezaaid in ons, opdat wij zullen stralen.
In onze liefde wil het zich in duizendvoud herhalen.*

Maak ons tot lichtjes in de nacht voor al wie met ons ademen.

Dinsdag 14 februari vieren we St. Valentinus !

8.00 uur Opening Kapel

19.00 uur Plechtig lof in de kerk voor onze
zieken en daarna lichtprocessie naar
kapel en put.

Wij hopen dat u het ook dit jaar met ons kunt vieren en/of
meeloopt. U bent van harte welkom.

Wij wensen u dan ook een fijn Valentinusfeest.

De Kapelmeesters

Wilt u eerder op de hoogte zijn van ons Valentinusfeest of andere
activiteiten, volgt u ons dan op facebook.

We zouden het fijn vinden als u uw mooie momenten en of plaatjes
bij de kapel met ons zou delen.

www.facebook.com/valentinuskapel



'Wat kies jij'

Bewustwordingscampagne in de Kempen

Zoals overal onder de grote rivieren vieren mensen in Bergeijk, Bladel, Eersel en Reusel-De Mierden graag carnaval. Daar horen dansen, lol maken, een origineel carnavalspak, feestmuziek en prachtige praalwagens bij. Maar ook eten, (in)drinken, harde muziek en roken. Zolang je daar bewust mee omgaat is er niks aan de hand, maar hoe bewust zijn jongeren in onze gemeenten hiermee bezig?

De gemeenten Bergeijk, Eersel, Bladel en Reusel-De Mierden starten met de campagne "WAT KIES JIJ?". De campagne zal voorafgaand aan de carnavalsdagen starten, van 1 februari tot 25 februari 2017 en wordt samen met GGD Brabant-Zuidoost, CJGplus, Pius X College, Rythovius College Politie en Novadic-Kentron georganiseerd.

Met de campagne "WAT KIES JIJ?" willen we mensen op een ludieke manier bewust maken van de keuzes die zij maken voor en tijdens carnaval, maar ook op andere momenten in het jaar. Voorbeelden hiervan zijn: wat eet je tijdens carnaval, wel of niet roken, draag je gehoorbescherming, neem je deel aan het verkeer met alcohol op, veilige of onveilige seks, drink je wel of geen alcohol onder de 18 jaar en wat zijn de alternatieven?

Acties vanuit de campagne:

- Volg de campagne via onze persberichten
- Kom als ouder of verzorger naar een interactieve avond met theater "Stappen in de Kempen"
- Vind onze verschillende ludieke posters her en der in de regio
- Kom ons tegen op diverse carnavalsoptochten in de regio
- Hoor van uw zoon of dochter over een leuke actie op het Pius X-College of SG Rythovius

- Laat je/u fotograferen in het "Wat kies jij bord" dat we in deze periode op verschillende locaties zullen plaatsen
- Maak selfies van zelfbedachte "Wat kies jij?" situaties. Deze worden op de gemeentelijke website geplaatst en de winnaar ontvangt een leuke prijs.
- Vier samen met Stichting carnaval Reusel op maandagmiddag alcoholvrij carnaval in Reusel
- Doe mee aan de landelijke campagne IkPas en start na de carnaval met de uitdaging om 30 of 40 dagen geen alcohol te drinken. www.ikpas.nl



Voorbij.

Wanneer de kersttijd weer voorbij is
Denkt men zeker al dat het gewis,
de lente in aantocht is.
Niets is zeker al met al, de tijd komt wellicht nog met treurnis.

Wanneer de zon haar eerste stralen laat opkomen,
het lente bloed gaat beslist al stromen.
De mooie tijd breekt spoedig aan
ook de warmte zal zich laten gaan.

Heerlijk is daarbij de gedachten
Wat voorbij is daar gaat men niet meer op zitten wachten,
Op de eerste lente vogelengezangen
Is voor velen een groot verlangen.

Zie de jonge lammeren zij buitelen van plezier in het warme zonlicht
ook hier doet de zon haar grote plicht.
Met de voortgang van dit mooie lente zicht
Ook de mens volgt in grote lijnen dezer tijd met haar inzicht.

De bloemperken worden met compost voorbereid.
Ook de bloem knollen ,zij zijn de eerste die voor deze tijd,
jaar in jaar uit de grond doet open gaan.
Zie de bloem knoppen komen, het jaar van hun bestaan.

Carnaval met haar lollige preken en haar kabaal
Zij gaat met plezier, men raakt soms niet uitgekeken.
De koffieleut in al haar gekheid voor jong en oud
Men streeft naar al het mooie maar zeker voor het behoud.

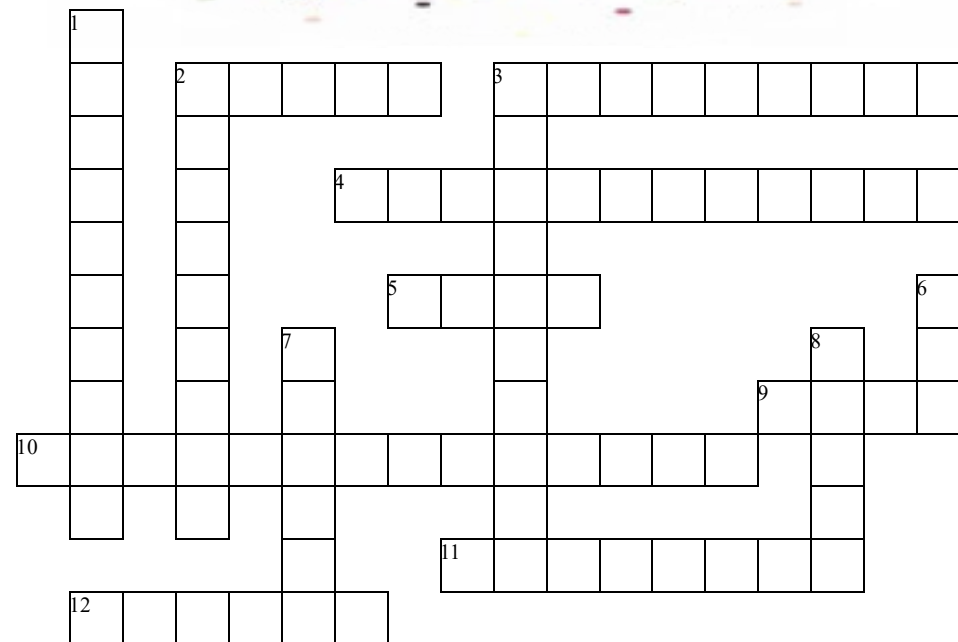
De wormen in de grond zij sporen af op het kleine krakeel.
Zij maken geen geweld, maar zij zijn allen in het veld.
Heuvels van zwarte grond geeft het ook aan,
de mol in de zwarte ruimte heeft ook zijn bestaan.

Het meibloempje komt er o zo blij met het leven in de wei.
 Ook de kikkers met hun kwakend lied,
 komen vaak met de grote spin die wordt afgewend.
 Hoe mooi wordt alles op elkaar afgestemd.

In menige mooie wieg wordt het wonder der wereld geboren.
 Voor het jonge paar is de liefde gekomen.
 Van beider zijde is het geluk in leven gaan stromen.
 En voor het nageslacht is er vreugde moge komen.

Vanuit de liefde van jonge mensen is voor hen de toekomst
 geborgen
 Geen groter geluk, wat is er mooier nog.
 Dan te moge genieten van het leven toch.
 Want de mooie en soms moeilijke dagen gaan ook VOORBIJ.

F.v.V



Horizontaal:

- 2 Hoed van de prins
- 3 Met carnaval kun je je
- 4 Danseresjes die met de prins mee gaan
- 5 Dit wordt veel gedronken met carnaval
- 9 Veel mensen vinden carnaval
- 10 De prins deelt deze graag uit
- 11 De rechterhand van de prins
- 12 Onmisbaar in de optocht

Verticaal:

- 1 Ook kinderen hebben hun eigen
- 2 Zo kun je je gezicht mooi maken
- 3 Carnaval wordt gevierd voor de
- 6 Met carnaval doe je lekker
- 7 Zo noem je dansen met carnaval
- 8 Carnaval is 4 dagen

BELANGRIJKE TELEFOONNUMMERS & ADRESSEN

Alarmnummer	politie/brandweer/ambulance	1-1-2
Politie	algemeen	0900-8844
Gemeenschapshuis	De Buitengaander	040-2013961
Steunpunt ouderen	Hoefzicht	040-2048927
Huisarts	Dr. Th. Schoone	040-2012531
	spoednummer	040-2019629
	dokterspost	09001232020
Apotheek	Bergeijk	0497-551111
	Eersel (weekenddienst)	0497-514250
Pastorie	Pastoor Rijkers	040-2012937
Gemeente Bergeijk	Gemeentehuis	0497-551455
Dorpsondersteuner	Helma van Gerven	06-52765150
	Bel & Herstellijn	0497-551480
	Calamiteiten na kantoortijd	040-2895816
	Storing openbare verlichting	0800-2345124
Dorpsraad	Frank Claas	040-2019401
Klussendienst	Bart Rijkers Aarperstraat 29	040-2018125



EHBO-verbandposten:

Merel Brandsma	Dorpstraat 42	040-2040252
Ria Hoskam	Hoeverstraat 26	040-2015833
José Hoeks	Lange Akkers 19	040-2013163
Toon Teuwens	Heijerstraat 21b	040-2017510
Roos Verhoeven	Hoeverstraat 2	040-2012010



AED-apparaat aanwezig bij:

Medisch Centrum Westerhoven	Provincialeweg 22
Hoefzicht	Hoefzicht 7
De Buitengaander	Dorpstraat 9
Coppens Constructie	Heijerdijk 1
COTA	Leemskuilen 1 ^E
Luxlight	Leemskuilen 4
Beukers Autoschade	Leemskuilen 23
Beukers Autoschade	Heijerstraat 7
ZSC (pincode vereist)	Koolakkers 7

DATA

- do 09 februari Eetpunt Hoefzicht
 di 14 februari Feest Valentinus
 za 18 februari Oud papier
 za 25 februari Receptie jeugdprins, jeugdprinses en prins van koffiegat.
 (aansluitend een gezellige amezing avond.)
 zo 26/ma 27/di 28 februari Carnaval



za 25/zo 26 mrt./vr 7 apr./za 8 apr./zo 9 apr. Toneel, Foute Scouten

- zo 30 april Voorjaarsmarkt
 do 27 april Koningsdag

 do 04 mei Dodenherdenking
 za. 13 mei Bedevaart Meerveldhoven

- za. 18 februari, uiterste datum inleveren kopij MikMak maart
 za. 25 februari, de MikMak maart 2017 verschijnt

OPROEP

Sponsering op deze pagina van de
Mikmak.

In de afgelopen jaren was de achterzijde van de Mikmak opgevuld met reclame van de Rabobank die ons hiervoor jarenlang een sponsorbedrag betaalden.

Zij hebben aangegeven hiermee te stoppen.

Wij zijn nu op zoek naar 4 sponsoren die deze pagina van de Mikmak willen opvullen en een kwart van de pagina willen vullen met hun bedrijfsnaam of logo.

Dit tegen een vergoeding van
€ 100 per jaar.

Het Mikmakteam