

De SENIORENWIJZER



Informatieblad van de Seniorenvereniging KBO Aarle-Rixtel oktober 2020

Met Rabobank Club Support komt er geld in ons laatje

Ook dit jaar is je stem geld waard.

(Ton Schepers)

Stemmen via de Rabo App!

Stemmen verloopt dit jaar anders dan je gewend bent.

Via de Rabo App of via Rabo Internetbankieren kun je stemmen op jouw favoriete club.

Je ontvangt dit jaar van de Rabobank dan ook geen stemcode per e-mail of post.

Stemmen kan gemakkelijk onder de knop 'Zelf regelen'.

De stemperiode loopt van **5 tot en met 25 oktober 2020**.

Alleen leden kunnen stemmen.

Als lid van jouw Rabobank kun je alleen stemmen op verenigingen en stichtingen die bankieren bij jouw Rabobank.

Geen Rabo App en Rabo Internetbankieren?

Heb je vorig jaar je stem uitgebracht, maar heb je geen toegang tot de Rabo App en Rabo Internetbankieren, dan ontvang je van ons een e-mail met unieke stemcode.

Met deze code kun je tijdens de stemperiode (**5 tot en met 25 oktober 2020**) via www.rabobank.nl/clubsupport jouw stem uitbrengen.

Korte wandeling

(Henk van Beek)

Ondanks dat het coronavirus nog steeds ronddwaalt gaan we de maandelijkse "korte" wandelingen weer opstarten.

De eerstkomende wandeling vindt plaats op **donderdag 1 oktober**.

We houden het vooralsnog dicht bij huis: de omgeving van Broekeling, Overbrug, Strijp en Croy.

We vertrekken om half tien vanaf de Croyse Hoeve.

Passiespelen 2021

(Ton Schepers)

Zoals bekend zijn de Passiespelen in verband met het coronavirus in 2020 afgelast.

Leden die zich daarvoor hadden aangemeld hebben de keus gehad om het geld dat men al had betaald terug te vragen of in 2021 de Passiespelen te bezoeken.

Degenen die hun geld terug hebben gevraagd krijgen dit na afloop van de spelen in 2021 terug. Voor degenen die in 2021 gebruik willen maken van de reeds betaalde entreekaarten kunnen er rekening mee houden dat de voorstelling in 2021 op 2 mei wordt bezocht.

Hebt u weer zin in patchwork en quilten?

(Liesbeth Manders)

Op onderstaande woensdagmiddagen beginnen we weer!

Locatie: KBO-ruimte in de Dreef. (Coronaopstelling)

Vanaf half twee tot 4 uur is iedereen weer welkom. De koffie staat klaar.

Data in 2020

14 oktober

04 en 18 november

02 en 16 december

Data in 2021

13 en 27 januari

10 en 24 februari

10 en 24 maart

07 en 21 april

Tel. 0492-382037/ 06-28836487

Liesbethmanders@Live.nl

Op de koffie in het heemhuis

(Henk van Beek)

Zoals bekend heeft onze heemkundekring een prachtig heemhuis.

Naast het bezoeken van exposities kan men – los hiervan- hier ook terecht voor een bakje koffie/thee (1 euro), “wa Alese proat te verkaupe”, of om zomaar wat te buurten.

Het heemhuis is elke woensdag geopend van 9.30 tot 12.00 uur en van 14.00 tot 16.00 uur.

Zondags van 14.00 tot 17.00 uur. Dinsdags en donderdags kan men hier ook terecht, want dat heeft Nicole van Aerle hier haar “klompenschuurtje” geopend.

Ook dán kan men hier gezellig een kopje koffie/thee komen drinken.

De openingstijden zijn dan: 10.30 tot 14.30 uur. Uiteraard worden de corona-maatregelen gerespecteerd.

Fotopuzzeltocht, 1 september 2020

(Ria Bekkers)



Nadat er maandenlang geen activiteiten konden plaatsvinden door het Corona-virus was het fijn dat de KBO toch begonnen was met het organiseren van kleinere activiteiten, o.a. de fotopuzzeltocht.

Er hadden zich 38 leden opgegeven en deze werden verdeeld in 2 groepen.

Misschien hadden meer mensen zich opgegeven als deze activiteit niet op dinsdagmiddag was geweest maar er is altijd wel iets te doen.

Na ontvangst met koffie met lekkere vlaai en gezellig even bij buurten konden de groepen vertrekken voor een wandeling van \pm 4 km.

Het was inderdaad een heel gepuzzel om alle foto's te vinden maar sommigen was het toch gelukt, al moest je inderdaad je ogen goed de kost geven.

Na terugkeer stond er weer een drankje klaar en werden we verwend met heerlijke hapjes. De winnaars ontvingen ieder een fles wijn en voor diegene die geraden had hoe lang de afstand was die wij hadden gelopen was ook nog een fles wijn beschikbaar. Dat de mensen het fijn vonden om weer bij elkaar te zijn kon je wel merken, want ze gingen niet snel naar huis.

Namens iedereen heel hartelijk dank voor de organisatie.

Fietstocht 22 september

(Wilma van Beek)

Het bestuur had ons gevraagd om een fietsroute in elkaar te zetten van ongeveer 30 km.

Onze Toon Vogels, Thijs van Rosmalen en ikzelf gingen op pad. We moesten ook weer op tijd terug zijn voor wat te drinken en uiteraard voor de lekkere hapjes van Frans van de Heuvel.

Eerst kregen we nog koffie met vlaai en daarna kon de eerste groep vertrekken, met Thijs en ik voorop en uiteraard onze Martien Wich achterop met fluitje.

Het valt niet mee om op te letten en op tijd te fluiten als er verkeer aankomt, maar gelukkig hadden wij vrij veel fietspaden en dat scheelt veel.

Via de Helmondseweg, door de Warande, villawijk Stiphout, fietspad naar Nuenen (heerlijk onder bomen), in Nuenen even pauze, slok water, snoepje en weer verder.

Door Het Frankrijk, een prachtig gebied, ook wel het Nuenens Broek genoemd.

Even richting Nederwetten, weer afslaan binnendoor naar het kanaal, over de brug binnendoor richting Son, dan naar Mariahout, Lieshout.

Heerlijk koffiedronken bij de visvijver, een prachtige locatie die veel mensen nog nooit gezien hadden. Onze Toon vind je daar vaak.

Daar kwam ook onze andere groep aan, met Toon Vogels voorop en Jan Jansen achter.

Wij verder via Beek en Donk, het Laar naar Aarle-Rixtel en vervolgens naar de blokhut.

We hadden echt dorst, heerlijk binnen en buiten zitten kletsen.

De hapjes waren heerlijk en met het mooie weer kon het niet meer stuk.

Ik wil ook even het bestuur bedanken, want het valt in deze tijd ook niet mee om alles goed te regelen.

Week tegen eenzaamheid: 1 t/m 8 oktober

Iedereen voelt zich wel eens eenzaam of alleen. Maar wat is eenzaamheid precies en wanneer is het een probleem? Eenzaamheid is je niet verbonden voelen. Je ervaart een gemis aan een hechte, emotionele band met anderen. Of je hebt minder contact met andere mensen dan je wenst. Eenzaamheid gaat samen met bijvoorbeeld negatieve gevoelens van leegte, verdriet, angst en zinloosheid en met lichamelijke of psychische klachten. Eenzaamheidsgevoelens kunnen invloed hebben op je gezondheid, welzijn en kwaliteit van leven. Gevoelens van eenzaamheid kunnen iedereen overkomen, of je nu jong bent of al wat ouder. Soms voelt iemand zich eenzaam, terwijl hij altijd mensen om zich heen heeft.

Hulp bij eenzaamheid

Aan eenzaamheid kun je meestal wat doen, bijvoorbeeld door nieuwe mensen te ontmoeten. Dat is niet voor iedereen even makkelijk. Tijdens de week tegen eenzaamheid kun je bij de Dorpshuizen of via de dorpsondersteuners middelen krijgen om gemakkelijker het contact aan te gaan. Er zijn bijvoorbeeld kaarten die een gespreksonderwerp bieden of kaarten om een afspraak te maken met iemand anders. De gegevens van de dorpsondersteuners staan hieronder.

Beter omgaan met eenzaamheid

Eenzaamheidsgevoelens zijn helaas niet altijd op te lossen, je kunt ze wel kleiner maken. Ook kan je doel zijn om beter met eenzaamheidsgevoelens om te gaan. Je verwachtingen bepalen daarin ook hoe eenzaam je je voelt. Soms helpt het om je verwachtingen van sociale contacten onder de loep te nemen. Ligt de lat soms te hoog?

Hulp vragen

Wie zich eenzaam voelt, vindt het soms moeilijk om hulp te vragen. Er wordt vaak niet gepraat over eenzaamheidsgevoelens. In de week tegen eenzaamheid delen we iedere dag van 1 tot en met 8 oktober een berichtje over eenzaamheid. Om het gesprek op gang te brengen en om praktische tips te delen. Het is niet alleen voor jou moeilijk om hulp te vragen, dat geldt ook voor mensen die graag een helpende hand willen toesteken. Veel mensen willen graag helpen, als je de vraag durft te stellen.

Heb jij behoefte aan hulp? Neem dan contact op met de dorpsondersteuner in jouw kern (zie hieronder voor namen en telefoonnummers). Ook kun je natuurlijk binnenlopen in de verschillende dorpshuizen.

De dorpsondersteuners

Beek en Donk: Suzan de Koning, 06-19502192
tijdelijk i.v.m. zwangerschapsverlof: Maartje Keizers, 0641433277

Aarle-Rixtel: Nicky van de Ven, 06-55370099

Mariahout: Nathalie Ansems, 06-48532893

Lieshout: Bart Heldens, 0640763470

DIVERSE GEGEVENS EN MAILADRESSEN

- **Voorzitter:** Ton Schepers, Broekelingstraat 22, 5735HC Aarle-Rixtel. Tel.0492-382388.
- **Secretariaat:** John Pezie, Phaffstraat 19, 5735 CM Aarle-Rixtel, tel. 0492-382239, e-mail: john.pezie@gmail.com
- **Penningmeester:** Peter Groenendaal, Koudemaas 16, 5735 CW Aarle-Rixtel. tel.: 0492-382156. e-mail: pgroenendaal@upcmail.nl
- **Bestuurslid:** Maria Hagelaar-van Griensven, Het Klavier 4, 5735BK Aarle-Rixtel. tel. 0492-383293
- **Bestuurslid:** Bea van den Berk, Koude Maas 20, 5735CW Aarle-Rixtel. Tel. 0492-383673
- **Bestuurslid:** Jacobine Wouters-van den Elsen, Broekelingstraat 18, 5735HC Aarle-Rixtel tel.0492-382269
- **Redactie Seniorenwijzer:** Maria Hagelaar-van Griensven
- **Inleveren kopij:** het Klavier 4 of per mail: swkbo.aarle.rixtel@gmail.com (*denk aan de punten*)
- **Website:** www.kbo-aarle-rixtel.nl Contactpersonen Angela Willemsen, e-mail: willemhuf@gmail.com en Els van Wetten, e-mail: elswetten@gmail.com
- **Beheer- en agenda Blokhut en KBO ruimte 'De Dreef':** John Pezie tel. 0492-382239.
- **Bankrekening:** Rabobank Aarle-Rixtel, rekening nummer NL22 RABO 0101 4119 95 t.n.v. Seniorenvereniging KBO Aarle-Rixtel.
- **Ziekmeldingen:** Mia Rooijackers, Het Patronaat 1, 5735 DZ Aarle-Rixtel, tel.: 0492- 381702.
- **Rijvaardigheids cursus voor scootmobielen:** Meld je aan bij SSL. Stuur een mail naar info@scootmobielpark.nl of bel naar het secretariaat 0492-382947.
- **Belastinginvalservice:** Henk van Zundert, Blauwe Schutplein 17, 0492-383448 henkvzun@gmail.com

Mutaties ledenbestand van 16 augustus t/m 15 september

Nieuwe leden:

De heer van de Westelaken Helmond

Opzegging

De heer Th. Arnoldussen Helmond

Overleden:

De heer Lauran v.d. Heuvel Helmond

LEDENADMINISTRATIE

Opgave nieuwe leden, adreswijzigingen en wijziging e-mailadres bij de ledenadministratie:

Niecky van den Berkmortel-van Hoof, telefoon: 0637471685

Mailadres: nieckyvdb@gmail.com.

De contributie voor 2020 bedraagt € 21,50

Voor nieuwe leden na 1 juli is de contributie € 10,75. Opzegging lidmaatschap: schriftelijk vóór 1 december 2020.

Inleveren van kopij voor seniorenwijzer van november voor 19 oktober

VASTE ACTIVITEITEN

Maandag	Vanaf	Locatie	Contactpersoon	Tel.nr.
Bridgen (ook in de zomer)	13.30	Blokhut	Jos de Vries	381912
Computerinloop	13.30	De Dreef	Rinus Nooijen	386116

Hulp en advies voor pc, tablet, laptop en telefoon.e-mail:kbolokaal1@gmail.com

Gymnastiek	13.30	De Dreef	Tonnie Verleisdonk	382073
Koersballen	14.00	De Dreef	Mieke v.Dommelen Jo Zomers	382387 383407

Dinsdag

Bridgecursus (okt/febr)	09.30	Blokhut	Toon Relou	386133
Fietsen (vanaf maart)	13.30	Kapel	Jan Janssen	381775
Yoga	13.30	De Dreef	Nelly Sanders	523391
KCK 1 ^e dinsdag /mnd vlgs	afspraak	Blokhut	Huub Giesen	381703
Beeldhouwen (v.a. maart)	09.30	Blokhut	Huub Giesen	381703

Woensdag

Biljarten	09.30	De Dreef	Huub Giesen	381703
Prijskaarten	13.30	Blokhut	Frans Verschuuren	536919

Niet in juli/aug

Quilten	13.30	De Dreef	Franca Moors	06-20157113
---------	-------	----------	--------------	-------------

Even weken sept t/m april

Excursies	13.30	Pastorie	Tonnie Gijsbers	382412
-----------	-------	----------	-----------------	--------

Woensdagmiddagen volgens jaarplan (zie seniorenwijzer)

Donderdag

Yoga	09.00	De Dreef	Jacqueline Sterken	06-31508953
Wandelen (8km)	09.30	Kerkplein	Henk van Beek	381851

1^e Donderdag v.d. maand

Wandelen (16 km)	09.15	Kerkplein	Willem Hendriks Pieter v. Doorn	382188 382210
------------------	-------	-----------	------------------------------------	------------------

3^e donderdag van de maand

Inloop/handwerken	09.30	De Dreef	Nellie Schepers	382528
Kienen	14.00	Blokhut	Mieke v. Dommelen	382387

1^e en 3^e donderdag van de maand

Vrijdag

Biljarten	09.30	De Dreef	Huub Giesen	381703
Schilderen/tekenen	09.30	Blokhut	Anne v.d. Ven	06-51181721

Vrijdagmorgen in de even weken

Computerhulp alleen op afspraak			Rinus Nooijen	386116
---------------------------------	--	--	---------------	--------

Hulp en advies voor pc, tablet, laptop en telefoon: e-mail:kbolokaal1@gmail.com