

Seniorenvereniging

KBO Borkel & Schaft

Om te Weten - juni 2022 - #6



www.kbo-valkenswaard.nl



- dinsdagmorgen
- woensdagmorgen
- donderdagmiddag
- woensdag 1 juni
- dinsdag 21 juni

Soos Dorpshuis 13.30-17u
Jeu de Boules, molen, 10-12u
Huiskamer, Dorpshuis 13.30-15.30u
Fietsen, start Dorpshuis 13.00u
Zomerfeest

Ledennieuws

Onze jarige(n)

Deze maand vieren een kroonjaar:

Nelly Rijkers - v Rijbroek	08-06	100jr
Harry van Kuijk	10-06	75jr
Jo Welte - Maas	10-06	75jr
Marcel Hoeks	30-06	70jr

Alle andere jarigen deze maand van harte gefeliciteerd.

Adreswijziging

Indien uw adres wijzigt, of indien u een ander emailadres of telefoonnummer krijgt, wilt u dit dan z.s.m. doorgeven aan de secretaris Annie Roothans, tel. 040-2068433 of per email: kboborkelenschaft.secretariaat@gmail.com

Als wij in het bezit zijn van uw emailadres, kunnen we u sneller informeren bij te delen nieuws en wellicht in de toekomst het werk van de bezorgers wat verlichten.

De gegevens worden uiteraard alleen intern binnen onze eigen KBO afdeling Borkel en Schaft gebruikt.

Graag een bezoekje?

Leden die slecht ter been zijn of om een andere reden niet van de deur komen, kunnen contact opnemen met Tinus Poos, tel. 2047988, of Willy Smolders, tel. 2012528. Zij komen u graag bezoeken!

Ook leden, die zo maar een **bezoekje op prijs stellen**, kunnen met hen contact opnemen.//

Ziekenbezoek Borkel en Schaft

Bij langdurige ziekte kunnen alle leden van de KBO en ook alle leden van de VO, en alle inwoners van Borkel en Schaft, indien dit op prijs gesteld wordt, een bezoek krijgen van de zieken bezoeken dienst van Borkel en Schaft.

Ken je iemand in jouw omgeving die langdurig ziek is, meldt dit dan bij de dorpsondersteuners van Borkel en Schaft via tel.nr.: 06-53585969 of dorpsondersteuningbes@gmail.com

De dorpsondersteuners zullen dan, na overleg met de zieke, een bezoek regelen.



JEU DE BOULES.

Bij de molen is het weer mogelijk om het spel Jeu de Boules te spelen.

De groep van vorig jaar wil weer met veel enthousiasme aan de slag. Een ontspannen morgen in de buitenlucht is voor iedereen goed en gezond.

In overleg met de beheerders van de molen is hiervoor op de woensdagmorgen van 10.00u tot 12.00 uur de gelegenheid. Er wordt gestart op woensdag 11 mei.

Nieuwe leden zijn natuurlijk van harte welkom.

ALZHEIMER CAFÉ VALKENSWAARD/WAALRE

Op **dinsdag 31 mei** is de volgende bijeenkomst in het Alzheimer Café Valkenswaard/Waalre.

Het onderwerp van deze avond is : **Intimiteit en dementie**

Wanneer dementie deel wordt van je leven verandert er veel. Dat geldt ook voor intimiteit en seksualiteit. Blijft je intimiteit hetzelfde zoals je gewend bent? Of heeft dementie daar ook invloed op? En kun je daar zelf wat aan doen? Een ervaren seksuoloog is te gast en zal helpen het gordijn te openen tot zover als men wil.

U bent van harte welkom op 31 mei.

De locatie is als vanouds **café-zaal de Dommelstroom** in Dommelen (Bergstraat 32). Het programma begint om 19.30 en eindigt om 21.00 uur. De zaal is open vanaf 19.00 uur. Toegang is gratis.

Meer informatie: tel. 06.19373374
shanaraes@cordaadwelzijn.nl

Parkinson café: Auditorium Kempenhof, Antwerpsebaan 3, Valkenswaard

Afgelopen keer waren Teatske van der Zijpp (lector zorgtechnologie bij Fontys Hogeschool Mens en Gezondheid) en Eveline Wouters (lector Health Innovations and Technologie bij Fontys Paramedische Hogeschool en hoogleraar aan de Universiteit van Tilburg) aanwezig voor een presentatie met als titel: 'Zorgtechnologie tussen droom en daad'. Zij vertelden over de onderzoeken die zij doen en gaven daarbij voorbeelden van de dingen die er ontwikkeld zijn, zoals o.a. een medicijn dispenser, die bijhoudt of je de medicijnen neemt en eventueel waarschuwt als dat niet gebeurd is.

Er was ook een filmpje te zien van Andrew Greenwood, over dansen.

We weten allemaal dat bewegen gunstige effecten heeft op mensen met de ziekte van Parkinson. Zo zijn er op 4, 5 en 6 augustus in Eindhoven de Parkinson games, zoals atletiek, badminton, basketbal, curling, darten, duathlon, golfen, jeu de boules, spinning, squash, tafeltennis, tennis, voetbal en zwemmen. Ook is er een symposium aan verbonden met interessante sprekers en interactieve workshops. Niet alleen zal Bas Bloem van het Radboud UMC spreken over de effecten van beweging op de behandeling, er zal ook een actieve break worden verzorgd door Andrew Greenwood van Switch2Move.

Op 19 mei was de bijeenkomst van het Parkinson café, maar dat was voor deze nieuwsbrief helaas te laat. De volgende bijeenkomst is op 30 juni a.s met als gast Mevr. C. Delnooz, neuroloog MMC. Aanvang: 13.30u

Voor meer informatie kun je kijken op de website: <https://www.parkinson-vereniging.nl/> of www.parkinsoncafevalkenswaard.nl
E-mail pc.valkenswaard@gmail.com

Een stukje uit de laatste nieuwsbrief van Parkinson café



Werkgroep Kortingen

De korting bij Valkencourt is gewijzigd:

Op vertoon van de geldige KBO ledenpas wordt aan de KBO leden een korting van 15 % verleend voor het lidmaatschap van 1 jaar (52 weken) en voor het lidmaatschap van 2 jaar (104 weken). Op het individuele lidmaatschap zijn de Algemene voorwaarden van Valkencourt van toepassing. De korting van 50 % op entreegeld vervalt. De volledige lijst van kortingen kunt u zien op www.kbo-valkenswaard.nl

De nieuwste berichten op de website van Kbo Brabant:

Seniorenexpo afgelast
Problemen energietoeslag
Doorzichtige goed-nieuws-show?
Besluit Toekomst Pensioenen
Hoger beroep bodemprocedure
Campagne Senioren en Veiligheid (aangevuld met nieuwe filmpjes)
Dans als medicijn
Toegankelijk betalingsverkeer
Samenwerking KBO en MBO

Word vrijwilliger bij onze vitaliteitsdagen!

Zin in leuk vrijwilligerswerk, zonder langdurige vaste verplichtingen, met interessante trainingen en contacten met nieuwe mensen?

Senioren krijgen op een vitaliteitsdag - georganiseerd door een lokale KBO-Afdeling - via metingen inzicht in aspecten van hun leven en in de eigen fysieke gesteldheid. De metingen staan centraal, maar verder is het vooral een leuke dag. Deelnemers krijgen een kopje koffie, gezellig gezelschap, steun van vrijwilligers en er zijn meerdere jongeren betrokken bij het project. U voert als vrijwilliger verschillende metingen uit of voert gesprekken met de deelnemers.

Voorals menschen uit West-Brabant worden verzocht te reageren.

Neem contact op met KBO-Brabant, Wouter Bello, student Sport en Bewegen of Ellen Willemsen, beleidsmedewerker, telefoon (073) 644 40 66.

Maatjestrject studenten Farmacie

Leren van de patient

De opleiding tot apotheker (Farmacie, Universiteit Utrecht) vindt het belangrijk dat studenten aandacht besteden aan contact met 70-plussers die geneesmiddelen gebruiken. Dit doen zij in het maatjestrject. Zij zijn voor de cursus Leren van de patient (start begin mei) op zoek naar (zelfstandig wonende) 70-plussers die het leuk of fijn zouden vinden om een aantal keer telefonisch laagdrempelig contact te hebben met een student. Het gaat om 25 tot 30 senioren

Tijdens dit contact hebben studenten de mogelijkheid rechtstreeks van de patiënt te leren en meer te horen over hun dagelijkse leven, ervaringen met eventuele ziektes, het geneesmiddelengebruik en wat dit voor de patiënt betekent. Dit zorgt ervoor dat de studenten zich meer bewust worden van de dingen die een rol kunnen spelen voor patiënten, en

dat zij in hun latere beroep als apotheker ook meer aandacht zullen hebben voor het perspectief van de patiënt. De studenten uit de cursus hebben nog maar weinig contact gehad met oudere geneesmiddelgebruikers, en blijken vaak beperkt inzicht te hebben in het perspectief van deze groep. Uit evaluaties komt naar voren dat studenten dit heel waardevol vinden, en dat er vaak een leuk contact ontstaat dat ook door het maatje wordt gewaardeerd.

Wat houdt het in

De studenten hebben tijdens de 10 weken van de cursus minimaal drie keer (telefonisch) contact met dit 'maatje'. De gesprekken hebben geen vast stramien, het gaat echt om het leggen van contact, een gesprek en niet een interview (hoewel studenten zich natuurlijk wel een beetje voorbereiden met wat startvragen). De gesprekken zijn bedoeld om senioren te leren kennen en om hun ervaringen te bespreken. Die kunnen bijvoorbeeld gaan over de zorg, over geneesmiddelen, maar ook over hoe geneesmiddelen het dagelijks leven beïnvloeden.

Wanneer 70-plussers mee willen werken, wordt er natuurlijk uiterst voorzichtig omgegaan met de persoonsgegevens (naam en telefoonnummer). Iedere student krijgt de contactgegevens van één oudere, nadat zij een verklaring hebben opgenomen dat zij de persoonsgegevens met niemand delen, en dat ze de informatie na de cursus verwijderen.

Meer informatie en aanmelding Daphne Philbert, d.philbert@uu.nl, Universiteit Utrecht, Dept. Farmaceutische Wetenschappen.



Evaluatie van website Goed Gevoed Ouder Worden, doet u mee?

Het Kenniscentrum Ondervoeding heeft in 2018 de website Goed Gevoed Ouder Worden ontwikkeld (www.goedgevoedouderworden.nl). Deze website is bedoeld voor ouderen en mantelzorgers. De website geeft informatie over de rol van voeding bij gezond oud worden. Het kenniscentrum is benieuwd wat ouderen van de website vinden.

+Zij zijn op zoek naar vrijwilligers/besturen die met een groep van ongeveer acht ouderen (of twee groepen van vier ouderen) de website willen bekijken. U kunt zelf hiervoor een geschikt moment kiezen in de periode tot oktober 2022.

U ontvangt van hen een vragenlijst die u kunt gebruiken voor de evaluatie. De vragen in de lijst kunt u samen met de deelnemende ouderen

beantwoorden. De ingevulde lijsten kunt u dan bij het kenniscentrum inleveren. De antwoorden zullen hen meer leren over hoe zij de website kunnen verbeteren.

Als u als vrijwilliger/bestuur meedoet, dan ontvangt u van het Kenniscentrum Ondervoeding een mooie vergoeding (voor de hele groep). Het kost waarschijnlijk één dagdeel werk om ouderen te vragen en bij elkaar te roepen om de website te evalueren.

Wilt u meedoen? Heel graag! Laat het dan voor 31 juli a.s. weten aan Ellen Willemsen, beleidsmedewerker Gezondheid en Zorg, ewillemsen@kbo-brabant.nl



KOM DANSEN BIJ KBO

Bewegen is goed voor u, maar ook elkaar weer ontmoeten doet een mens goed. Wilt u ook een gezellig avondje uit kom dan naar de dansavond op 18 juni. Iedereen is welkom, u hoeft geen lid te zijn van KBO.

Aanvang 19:30u. Locatie zalen Geenhoven, Hoppenbrouwers 15, Valkenswaard.



De Pen

Hallo ik ben Janine Jeurgens van de Sportparkdreef 14.

Ik woon hier alweer 12 jaar met Cor!! Wij zijn 55 jaar geleden begonnen in Valkenswaard en na 3

verhuizingen geland in het mooie Borkel. Wij wonen in de witte bungalow, ook wel genoemd de Stoomboot vanwege de twee schoorstenen op het dak. Heerlijk alles gelijkvloers met brede deuren en geen dorpels dus echt op de toekomst gericht. Onze oudste zoon woont op de Dorpsstraat en de jongste in Valkenswaard. Wij genieten iedere dag van de vele vogels in de tuin en de rust die hier heerst! Hopelijk is het ons gegeven dat wij er nog heel lang in goede gezondheid van kunnen genieten!!

De pen wordt doorgegeven aan Frank Bots.

De bijdrage voor De Pen kunt u sturen naar kboborkelenschaft.secretariaat@gmail.com graag voor 20 juni.



FIETSEN

In de hoop, dat het mooie weer nog even blijft, hebben we weer een datum gepland om een mooie fietstocht te gaan maken. De tocht vindt plaats op **woensdag 1 juni** a.s. van 13.00u tot ongeveer 17.00u

We komen bij elkaar bij het **Dorpshuis om 13.00u**.

Geef even door aan Frans van der Mierden, 040-2068630, als je mee wilt fietsen, zodat we niet onnodig op iemand staan te wachten. Ook niet-leden zijn welkom.

Energietoeslag

Wat is de energietoeslag?

De energietoeslag is een bedrag van € 800,00 netto per huishouden. Dit is een eenmalige bijdrage voor uw energiekosten.

Belangrijk is dat u een laag inkomen heeft om voor deze toeslag in aanmerking te komen. Een huishouden (alleenstaande of gezin) heeft een laag inkomen als gedurende de referentieperiode het in aanmerking te nemen inkomen niet hoger is dan 120% van de toepasselijke bijstandsnorm.

Heeft u een uitkering?

Sommige mensen ontvangen de eenmalige energietoeslag vanzelf. Zij hoeven geen aanvraag in te dienen.

Heeft u geen uitkering, maar wel een laag inkomen?

Niet alle inkomens van de inwoners zijn bij de gemeente bekend. Heeft u een laag inkomen? Dan heeft u misschien ook recht op de energietoeslag. Zelf energietoeslag aanvragen kan tot en met 31 juli 2022.

Kijk op www.valkenswaard.nl onder "in valkenswaard" bij "actueel" en ga dan onder "nieuws" naar "energietoeslag aanvragen".

Gedicht

Hoe zou het zijn?

Hoe zou het zijn
Als je een nieuw leven verwacht
Hoe zou het zijn
Wanneer het lot iets anders bedacht

Hoe zou het zijn
Als er iets is met je kind
Het allerliefste dat je bezit
En het allermeest bemint

Hoe zou het zijn
Wanneer 'zorgen voor' niet meer lukt
Zou het zijn
Alsof er een deel van je wordt weggerukt?
Hoe zou het zijn
Om te zoeken naar een geschikt huis
Zou het er net zo warm
En liefdevol zijn als thuis?

Hoe zou het zijn
Als je hier een 'ja' voor geeft
Hoe zou het zijn
Als je kind elders een leven heeft

Hoe zou het zijn
Als een ander het allemaal denkt te weten
Zou het zijn
Alsof je wordt vergeten?

Stel je eens voor
Wat dit met je doet
Wanneer iemand anders zorgt
Voor jouw vlees en bloed.
Hoe zou dát zijn.....

Dit gedicht is ingestuurd door een lid van onze vereniging. Wilt u ook een bijdrage leveren aan Om te weten, stuur dit dan naar:
kboborkelenschaft.secretariaat@gmail.com
Het blad is voor jullie als leden, maar mag ook door jullie gevuld worden.

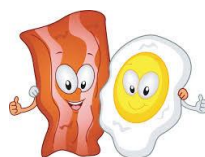
Het gedicht is geschreven door Carin van Kemenade nadat zij als trainer Driehoekskunde van start ging. Vaak gebruikt zij het gedicht tijdens een training voor zowel ouders als teams.



Sportief Valkenswaard

Sportief Valkenswaard heeft een Beweegbrochure Samengesteld, waarin een groot gedeelte van het Beweegaanbod voor 55+'ers in de gemeente Valkenswaard wordt vermeld.

Belangstellenden kunnen zo'n brochure afhalen in het Dorpshuis. Er is een beperkte oplage van deze brochures aanwezig.



Brunch op 24 april

Na twee jaar konden we eindelijk weer een brunch organiseren in het dorps huis en wel op 24 april j.l. . Er waren 13 personen aanwezig en samen hebben we er een gezellig etentje van gemaakt.

Er werd gestart met een warm, goed gevuld pasteitje en daarna was er een flinke keuze uit brood en broodjes en allerlei soorten beleg. Ook waren er allerlei drankjes beschikbaar.

Tussendoor werd er volop gekletst met elkaar en iedereen ging met een goed gevulde maag en een blij gevoel weer huiswaarts om de rest van de dag thuis of elders door te brengen.

We zijn blij, dat we dit gezellige uitje hebben kunnen organiseren en hopen in de toekomst nog veel van zulke en andere activiteiten tot stand kunnen brengen.



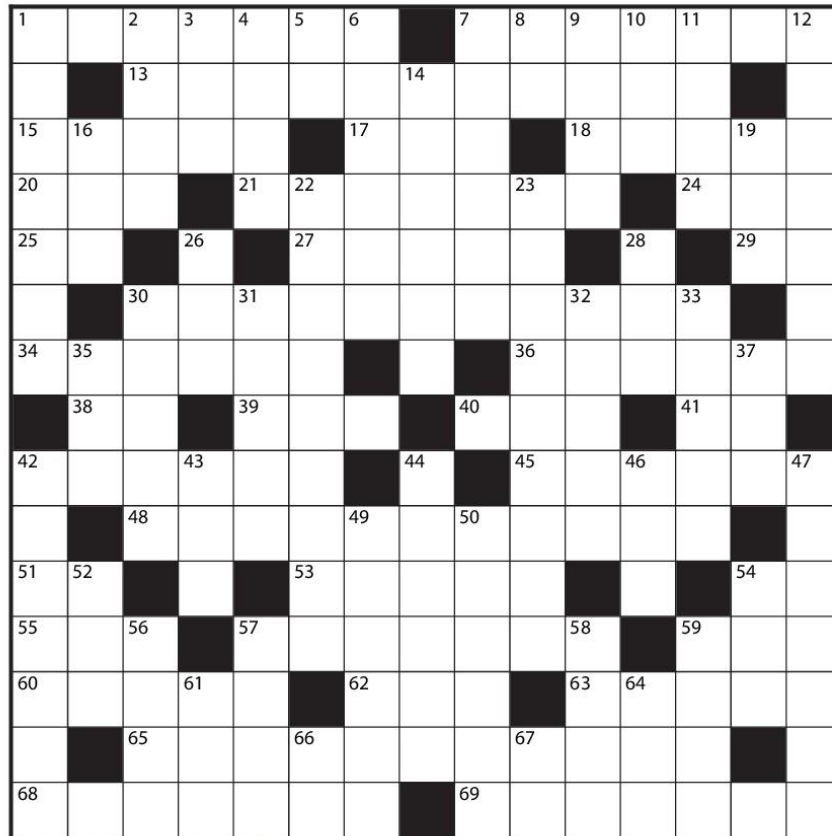
Meewerken aan de Seniorenmarkt 2022?

Er wordt nog steeds gezocht naar hulp bij het organiseren van de Seniorenmarkt!

Heeft u interesse? Mail naar:
secretariaat.sbv@gmail.com

Kruiswoord Puzzel

Oplossing vorige puzzel: 16327
Er zijn 3 goede inzendingen ontvangen.



©www.puzzelpro.nl

60	69	9	47	23	2	33	15	11	48	26	49
----	----	---	----	----	---	----	----	----	----	----	----

Breng letters uit de puzzel over naar de hokjes met het corresponderende nummer.

Horizontaal: 1 bureaucomputer 7 schattig 13 geldbuidel 15 Latijnse bijbelvertaling 17 sportterm 18 deel v.e. fiets 20 vat 21 tijdvak 24 grond om boerderij 25 selenium 27 vervoermiddel 29 als boven 30 ontaarding 34 vogel 36 hoeveelheid 38 radon 39 deel v.e. tekst 40 Turks bevelhebber 41 slee 42 erfenis 45 pl. in België 48 bond 51 bevel 53 slagader 54 nikkel 55 nachtvogel 57 beroep 59 bijenproduct 60 vochtige warmte 62 tam 63 waakzaam 65 bespreking 68 werkplan 69 enigma.

Verticaal: 1 Europeaan 2 koppel 3 heks 4 schop 5 deel v.d. bijbel 6 deel v.e. station 7 helder klinkend 8 de onbekende 9 bezittelijk vnw. 10 één en ander 11 gewoonte 12 sportartikel 14 scheepsrebel 16 gesloten 19 jaartelling 22 ambtsrust 23 brancard 26 elektro-encefalogram 28 metalen staafje 30 wilde hond 31 autoriteit 32 gebak 33 verdieping 35 roem 37 kwaad 42 naargeestig 43 deel v.e. wet 44 mengelmoes 46 voorzetsel 47 brief 49 deel v.e. breuk 50 werkweigeraar 52 houding 54 grappenmaker 56 waarnemend 57 heilige 58 gegevens 59 ouderloos kind 61 godin v.d. dageraad 64 deksel 66 ijzer 67 achter.

Wie weet waar?

Oplossing foto mei: **achterste brug 6-8**
Er zijn 4 goede inzendingen ontvangen

Nieuwe foto nr. 6

Hierbij een nieuwe foto genomen op een plekje in de omgeving van Borkel en Schaft



Foto: Gerard Houben

Weet je de oplossing van de puzzel of foto, laat het ons weten.
Je kunt er een leuke prijs mee winnen.

Oplossingen foto en/of puzzel inleveren **voor 15 juni** via
kboborkelenschaft.secretariaat@gmail.com,
of briefje in brievenbus Biestven 5.

KBO Kring Valkenswaard 2022

Beste KBO-leden

Na de Corona periode zijn we nu weer ongeveer bij het oude normaal aangekomen. Dus kunnen we met bijna geen beperkingen weer een dagtocht organiseren. We hebben als reiscommissie gekozen voor een reis naar het Limburgse land. **Deze dagtocht wordt gehouden op Woensdag 6 Juli 2022 en gaat naar de Kantfabriek en naar Nonke Buusjke.** We vertrekken 's morgens om 8:00 uur bij "De Zoete Inval" op de Nw. Waalreseweg, vervolgens rijden we naar het St. Martinusplein in Dommelen, daarna rijden we via de Markt in Valkenswaard naar het Limburgse Horst.

Bij aankomst in de Kantfabriek is er voor iedereen koffie/thee met vlaai. Daarna bezoek met gidsen aan het museum. Werkende kantklosmachines in een monumentale fabriek. Wanneer u het museum binnenkomt, wandelt u letterlijk de geschiedenis in. U waant zich in de textielindustrie van de vorige eeuw. Ratelende machines in een monumentale fabriek die de sfeer van de jaren dertig ademt. Hierna gaan we naar een mooie plek bij een restaurant aan de Maas voor de koffietafel. Na de koffietafel vertrekken we naar het bijzondere museumdorp Nonke Buusjke. Hier lijkt het of de tijd heeft stilgestaan en waant u zich in buitenland met de vakwerkhuisjes. U bent enige tijd in de gelegenheid om dit museumdorp op eigen gelegenheid te bezoeken. Na dit bezoek vertrekken we naar het witte dorpje Thorn. Hier hebt u nog een uurtje de tijd om het stadje te bekijken of gezellig op een terrasje te gaan zitten voordat we aanschuiven voor het diner.

Let op: **De consumpties tijdens het diner zijn voor eigen rekening.**

Na het diner is het alweer tijd om huiswaarts te keren.

We zijn om +/- 21:30 uur weer terug bij onze laatste uitstapplaats.

Denk er ook aan om uw paspoort of ID-kaart mee te nemen.

De kosten voor deze mooie reis zijn € 75,00 p.p. Contant te voldoen bij inschrijving.

Let op! De inschrijving wordt gehouden op **dinsdag 7 Juni** a.s.

- voor KBO Valkenswaard in "d'n Turfberg" v. d. Clusenstraat van 13:30 tot 15:00 uur.
- voor KBO Dommelen in het **Kerkzaaltje Martinuskerk** van 14.00 tot 15.00 uur .

Leden van KBO Borkel & Schaft die mee willen gaan kunnen zich opgeven bij KBO Valkenswaard. Er wordt in Borkel & Schaft geen kaartverkoop meer gehouden en er is ook geen opstapplaats meer. Die mee willen gaan moeten een andere opstapplaats kiezen.

Teruggave van het betaalde bedrag is in speciale omstandigheden mogelijk na goedkeuring door de reiscommissie. Annulering van de reis is voor uw eigen risico. Wel altijd doorgeven als u niet mee kunt gaan, dan kunnen we misschien nog iemand anders blij maken. **Er worden tijdens deze reis foto's gemaakt, wie bezwaar heeft moet dit melden tijdens de inschrijving.** Uiteraard is deelname aan deze reis geheel voor eigen verantwoordelijkheid. KBO is niet aansprakelijk voor geleden schade. Er kunnen helaas geen mensen in een rolstoel mee. Reserveren is niet mogelijk.

De reiscommissie wenst u een hele mooie dag. Voor eventuele vragen of inlichtingen kunt u contact opnemen met Jan Geurts tel. 040-204 25 40.

INSCHRIJFSTROOK: Reis op woensdag 6 Juli 2022 naar het mooie Limburg

Naam:..... Naam:.....

Adres:..... Adres:.....

KBO Lidnr: KBO Lidnr:.....

Mobiel tel. +316-..... Mobiel tel.+316-.....

Opstappen

08.00 uur "Zoete Inval" **08.15 uur St. Martinusplein Dommelen**

08.30 uur Markt Valkenswaard

Ik/we heb/hebben bezwaar dat ik/we gefotografeerd worden.

Aankruisen wat van toepassing is.

Invullen door de administratie

Inschrijf nr

Inschrijf nr