

# Seniorenvereniging KBO Borkel & Schaft Om te Weten - nov 2022 - #11



[www.kbo-valkenswaard.nl](http://www.kbo-valkenswaard.nl)



- dinsdagmiddag
- dinsdagmorgen
- donderdagmiddag
- dinsdag 25 oktober
- donderdag 27 oktober
- donderdag 27 oktober
- zaterdag 29 oktober
- zondag 30 oktober
- donderdag 3 november
- vrijdag 25 november
- dinsdag 13 december
- dinsdag 24 januari 2023

Soos Dorpshuis 13.30u-17.00u  
Darten Dorpshuis 10.00u-12.00u  
Huiskamer, Dorpshuis 13.30u-15.30u  
Alzheimercafé 19.30u  
Kring Ledendag 10.00u – 16.15u  
Parkinsoncafé 13.30u  
Informatiemiddag zorg dorps huis vanaf 13u30  
Brunch 11.00u - ± 14.00u  
Schaken dorps huis 14.30u-16.00u  
Gezamenlijk eten Dorpshuis 17.00u  
Kerstviering 13.30u - ± 19.00u  
Jaarvergadering



## Ledennieuws

### Onze jarigen

In november vieren een kroonjaar:

**Connie Franse** 08 nov 60jr  
**Dimphna Rijkers-Wijnen** 12 nov 70jr

Alle andere jarigen deze maand van harte gefeliciteerd.

### Overleden

**Sjaan Aerts – van Dongen 89 jaar**  
Heel veel sterkte toegewenst aan de familie.

### 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](mailto:kboborkelenschaft.secretariaat@gmail.com)  
Als wij in het bezit zijn van uw emailadres, kunnen we u sneller informeren bij te delen nieuws.  
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 D.O.E. (voorheen K.V.O.) en alle inwoners van Borkel en Schaft, indien dit op prijs gesteld wordt, een bezoek krijgen van de ziekenbezoekdienst van Borkel en Schaft.

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

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



### Klok verzetten

In het laatste weekend van oktober gaan we de wintertijd in. Dit betekent, dat in de nacht van zaterdag 29 oktober 2022 op zondag 30 oktober 2022 de klok een uur terug moet worden gezet. Hierdoor hebben we een uurtje extra.

## Nieuwe berichten op de website <https://www.kbo-brabant.nl/nieuws/>

[Iedereen een eerlijk pensioen](#)  
[Normale toegang betalingsverkeer](#)  
[Agenda Vitaliteitsdagen](#)  
[Bereikbaarheid Ons ledenvoordeel](#)  
[Streefdatum Wet toekomst pensioenen onzeker](#)



### De Pen

Riny bedankt voor het doorgeven van de pen aan mij!  
Mijn naam is Erna van den Dungen-Jansen en ben getrouwd met Peer.

Samen hebben we 2 kinderen, Lieke en Rens.  
Peer en ik wonen op de Vurste Brug, de buurt waar ik ook geboren en opgegroeid ben. We hebben een leuke buurtvereniging waarvan ik alweer enige jaren de voorzitter ben.  
Samen met onze hond Casper wandel ik regelmatig door de mooie omgeving van onze buurt.  
Verder badminton ik op dinsdag bij De Valken '20 in Valkenswaard en op donderdagavond bij "De Vliegenmeppers" in ons dorp.  
Ik tuinier graag in mijn moestuin en in onze bloementuin en heb dit jaar veel tomaten gekweekt in mijn tuinkas, die mijn man dit voorjaar voor mij gemaakt heeft.  
Verder maak ik deel uit van de werkgroep Zorg en mijn belangrijkste taak is dat ik vorig jaar ziekenbezoek Borkel en Schaft ben gaan coördineren. Ik vind het fijn om op deze manier iets voor de inwoners van Borkel en Schaft en voor de leden van de KBO en D.O.E. te kunnen betekenen.

Zoals ook ik verrast was door het krijgen van deze pen ga ik nu Sien Rijkers-Bax verrassen door haar nu de pen te geven. Succes!

Groetjes Erna van den Dungen

De bijdrage voor De Pen kunt u sturen naar [kboborkelenschaft.secretariaat@gmail.com](mailto:kboborkelenschaft.secretariaat@gmail.com) graag voor 17 november

### ALZHEIMER CAFÉ VALKENSWAARD/WAALRE

Dinsdag 25 oktober is de volgende bijeenkomst in het Alzheimer Café Valkenswaard/Waalre. Een bijzondere avond met de viering van het eerste lustrum.

De avond krijgt een feestelijk tintje met het optreden van Jolanda van den Berghe met haar Muzikale Zonnestrallen.

Met haar keyboard, zang en enthousiasme laat ze haar Muzikale Zonnestrallen schijnen in het Alzheimer Café. Muziek is er voor iedereen, doet iets met iedereen, aldus Jolanda. Ook waar woorden niet meer binnenkomen, zoals bij mensen die lijden aan dementie, raakt de muziek en persoonlijke aandacht van haar Muzikale Zonnestrallen de juiste snaar.

"Mensen echt zien, echt contact maken, dat kan ik met mijn muziek. Het is ook het liefste wat ik doe. Als ik zie hoe ik ze daarmee kan raken, kan aanraken, dat is hartverwarmend", aldus Jolanda.

Het programma begint om 19.30u en eindigt om 21.00 uur.

De zaal is open vanaf 19.00 uur. Toegang is gratis. De avond vindt zoals gewoonlijk plaats in café zaal De Dommelstroom, Bergstraat 32 in Dommelen. Het volgende Alzheimer Café vindt plaats op 29 november 2022.

### Parkinson café

Mindfulness kan stress bij Parkinson helpen verminderen. Door stress te verminderen kunnen klachten die veel voorkomen bij de ziekte van Parkinson afnemen.

Suzan Onstenk-Peeters is mindfulness-trainer en logopedist voor mensen met Parkinson. Zij komt in het **Parkinson Café op 27 oktober** vertellen over hoe mindfulness werkt. Daarnaast laat zij u mindfulness ervaren, zodat u zelf kunt beleven wat het voor u doet. Bent u nieuwsgierig of heeft u vragen over stress bij Parkinson of mindfulness? Dan bent u van harte welkom!

#### Programma Parkinsoncafé:

27 oktober Suzan Onstenk-Peeters: Mindfulness  
1 december Mantelzorgmakelaar Monique Slijkhuis (dit is een afwijkende datum!):  
26 januari Nieuwjaarsdiner  
23 februari Nog niet bekend  
30 maart Zorgcomfort de Kempen, voorheen Ouderenwinkel, over medische behoeftigheden

Parkinson TV om 16.00 uur  
<https://www.parkinsontv.nl/agenda/>

21 oktober Tips, Trucs en Parkinson  
25 november Verpleeghuis en Parkinson  
23 december Vroege signalering en Parkinson

#### Denkt u er wel aan zich aan te melden voor het café van oktober?

e-mail: [pc.valkenswaard@gmail.com](mailto:pc.valkenswaard@gmail.com)  
of telefoon: 040 201 3411 Programma Parkinsoncafé:



## Dansen bij KBO

Niet alleen bewegen is goed voor de mens, elkaar ontmoeten doet een mens ook goed.

KBO houdt dansavonden op de zaterdagavond.

**De volgende data** staan gepland: 19 november, 17 december en voor 2023 op 21 januari, 18 februari, 18 maart, 15 april en 20 mei.

Alle senioren zijn welkom. U hoeft geen lid te zijn van de KBO. De entree is voor leden 2 euro en niet-leden betalen 2,50 euro.

De muziek wordt verzorgd door Ed Maes.

De dansavond is **van 19.30u tot 23.30u** bij zaal Geenhoven, Hoppenbrouwers 15, Valkenswaard.

## Mogelijk compensatie voor (oud)klanten Rabobank



Compensatie variabele rente

Oud-klanten kunnen zich aanmelden op [www.rabobank.nl/compensatie-variabele-rente](http://www.rabobank.nl/compensatie-variabele-rente)

Heeft u geld geleend, bijvoorbeeld voor een auto, caravan of verbouwing? Heeft u het krediet rechtstreeks of via een tussenpersoon afgesloten bij Rabobank, Freo of Fideaal? Dan heeft u mogelijk recht op compensatie. Ook als u nu geen klant meer bent. Klanten van de Rabobank, Freo of Fideaal die in aanmerking komen voor een compensatie krijgen automatisch bericht hierover. Voor oud-klanten gebeurt dit niet, dus zij moeten zich zelf melden bij de Rabobank!

Producten die onder de compensatieregeling vallen zijn Doorlopend Krediet, Krediet op Betaalrekening, Rabo Kort Roodstaan, Rabo Studenten Roodstaan en Krediet op Creditcard. Had u één van deze producten? Dan kunt u zich nu aanmelden via de pagina

[www.rabobank.nl/compensatie-variabele-rente](http://www.rabobank.nl/compensatie-variabele-rente).

Kijk voor meer informatie op de website [www.rabobank.nl/compensatie-variabele-rente](http://www.rabobank.nl/compensatie-variabele-rente) of bel de bank op telefoonnummer 088 727 11 51.

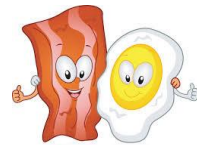
## KERSTREIS 2022

De reiscommissie heeft besloten om in december 2022 **geen kerstreis** te organiseren voor de leden. De redenen voor dit besluit zijn de hoge kosten voor een dagreis en de deelname in de voorgaande jaren. De Kring zal het programma van 2023 binnenkort bespreken en u op de hoogte stellen.

## Rabo ClubSupport

Leden van Rabobank De Kempen hebben tijdens de stemperiode bepaald welke financiële bijdrage de deelnemende clubs en verenigingen ontvangen. Onze vereniging heeft het mooie bedrag van **€ 199,95** ontvangen.

We danken de Rabobank voor het organiseren van de Rabo Clubsupport en iedereen, die op onze vereniging heeft gestemd, waardoor we dit bedrag hebben mogen ontvangen.



## Brunch

Het is nog tot 27 oktober mogelijk om je op te geven voor de brunch op 30 oktober a.s. om 11.00u in het Dorpshuis te Borkel en Schaft.

We gaan er een lekkere en gezellige bijeenkomst van maken.

Kosten: € 7,50 te voldoen bij binnenkomst.

Aanmelden bij Annie Roothans, tel.: 040-2068433 of via [kboborkelenschaft.secretariaat@gmail.com](mailto:kboborkelenschaft.secretariaat@gmail.com)

## Lichtjesroute

Dorpsinitiatief Borkel en Schaft wil in december weer een lichtjesroute organiseren in ons dorp. Ze zouden daarbij wel wat **helpende handjes** kunnen gebruiken.

Wellicht zijn er onder onze leden een aantal personen, die hieraan graag hun medewerking willen verlenen. Ben jij zo iemand? Meld je dan aan via [info@dorpsinitiatiefbes.nl](mailto:info@dorpsinitiatiefbes.nl) of laat het aan ons weten, dan geven we dit door aan hen.



## Schaken

Vanaf oktober organiseren de Dorpsondersteuners iedere **eerste**

**donderdag van de maand een SCHAAK-MIDDAG** in Dorpshuis d'n Teut.

De datums: 3 nov., 1 dec., 5 jan., 2 febr. en 2 maart van 14.00u-16.00u, inloop vanaf 13.30 uur.

Diverse ervaren schakers hebben al laten weten dat ze erbij zullen zijn.

Kom je ook? Ook beginnende, en zelfs onervaren schakers zijn van harte welkom!

Neem gerust je eigen bord en schaakstukken mee.



## Bewegen voor ouderen

We hebben al twee keer samen met Bruce Kwinten een uur hard gewerkt aan het soepel maken van onze spieren met een tiental personen, zowel vrouwen als mannen. Iedereen is er enthousiast over. Het programma is aangepast aan onze leeftijd, waarbij het vooral gaat om het losmaken van de spieren en het soepel houden hiervan. Waarom is bewegen voor ouderen zo belangrijk?

Bewegen vertraagt botontkalking, waardoor je minder kans hebt op een botbreuk. Door te bewegen blijf je lenig en soepel en heb je minder kans om te vallen. Bewegen is goed voor je brein, je geheugen en het concentratievermogen. Door te bewegen krijg je een betere conditie en blijven je spieren sterker en voelt u zich lichamelijke en geestelijk fit. Ook op oudere leeftijd. Daarnaast helpt bewegen om langer zelfstandig te kunnen blijven leven.

Er komt ook steeds meer bewijs, dat bewegen het risico op het ontstaan van dementie vermindert en het proces van Alzheimer vertraagt.

Dus: mocht u nog getwijfeld hebben om hieraan deel te nemen? Er zijn redenen genoeg om nu de stap te zetten. En het is nog gezellig ook!

Door een bijdrage van het Dorpsinitiatief hebben we met Bruce Kwinten de afspraak kunnen maken om een kaart met tien lessen aan u aan te bieden voor € 60,- wat slechts € 6,- per keer is. Kunt u een keer niet bij de les zijn, dan gaat het geld niet verloren. U kunt elke bijgewoonde les van de kaart strepen totdat de tien lessen gebruikt zijn. Pas dan schaft u een nieuwe kaart aan.

De lessen worden gegeven op maandagmiddag van 13.00u tot 14.00u in de teutenzaal.

Iedereen is van harte welkom, ook niet-leden.

Hopelijk tot ziens op maandagmiddag.



## Herinnering

Bij deze willen we u er aan herinneren, dat op 29 oktober a.s. in Dorpshuis D'n Teut een **informatiemiddag** wordt gehouden door de werkgroep **Zorg over allerlei vormen van Zorg**. Vorige keer hebt u hierover een informatieblad ontvangen. Je wordt vanaf 13.30u ontvangen met koffie/thee en wat lekkers. De presentaties starten om 14.00u.

Iedereen is van harte welkom.



## Gezamenlijk eten.

Het is al weer enige tijd geleden, dat we een gezamenlijk etentje hebben gehad. Daarom willen we dit organiseren op vrijdag 25 november a.s. in het Dorpshuis D'n Teut, waarbij een voorgerecht, hoofdgerecht en nagerecht wordt geserveerd. De kosten hiervoor zijn € 20,- per persoon, te voldoen bij binnenkomst. Er moeten wel minimaal 20 personen aan deelnemen. Waarschijnlijk is het bedrag wat hoger dan u gewend bent, maar we hebben geen koks in onze vereniging, die dit zouden willen/ kunnen bereiden. Vandaar, dat de kosten iets hoger uitvallen. U krijgt hierbij 2 consumpties aangeboden.

U bent van harte welkom om hier aan deel te nemen. We starten om 17.00u.

Opgeven hiervoor graag voor 11 november bij Frans van der Mierden (040-2068630) of via [frans.vd.mierden@gmail.com](mailto:frans.vd.mierden@gmail.com)



## Darten

Het jeu de boules spelen is gestopt vanwege de winterperiode. Vanaf heden wordt er weer gedart in het Dorpshuis op dinsdagmorgen van 10.00u tot 12.00u.

Ook dit is een vorm van bewegen, waarbij vooral de armen worden gebruikt.

Wilt u weten of dit ook iets voor u is, ga dan eens een keer een kijkje nemen. Iedereen is van harte welkom. Als u iemand mee wilt brengen, die geen lid van onze KBO is, is dat geen probleem.

# Puzzel

Oplissing vorige puzzel: 96715  
Er zijn 5 goede inzendingen ontvangen.

tijdschrift	▼	cijfer	▼ 5	sieraad	▼	vrijkoop-som	▼ 2	com-pagnon	▼
halsjuk		moeras-vogel						maand	
	▶					groot-moeder	▶		
opening	▶			partij in geding	▶				
vees-gerecht				brood-soort					
	▶			▼ 11		zwarte delfstof	▶		
						erbarmen	▼		
wenk	8	water in Gelderland	▶					staat in Amerika	7
		windjack							
	▶			frisheid	▶		4		
				slag-werker					
vochtig	▶			beneden	▶				
aanbouw				achter					
1	▶							scheids-rechter	
									leerling
af-hangend stuk vel		militair instituut (afk.)	▶			moe-rassig	▶	10	
		aarde				herrie			
	▶			taille	▶				
regel-maat		bid (Latijn)	▶					zijde	
		kleding-stuk							lusthof
	▶			hard-vochtig	▶	9			
				bijen-product					
aanspreek-titel	▶								6
boom									
	▶			aan elkaar	▶				
anders-denkende	▶	3							

©www.puzzelpro.nl

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----

## **Wie weet waar?**

Oplossing foto: dorpsstraat 61 Borkel en Schaft.  
Er zijn 4 goede inzendingen ontvangen.

## **Nieuwe foto nr. 11**

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



Foto: Connie Franse

Weet u de oplossing van de foto of puzzel, geef dit dan voor 15 november door via [kboborkelenschaft.secretariaat@gmail.com](mailto:kboborkelenschaft.secretariaat@gmail.com) of een briefje in brievenbus Biestven 5.