



VOORZITTER

Woord van de voorzitter

“Het idee was dat de koopkracht van gepensioneerden juist zou gaan verbeteren. De pensioenfondsen zijn vorig jaar de pensioenen gaan indexeren en dit jaar is ook de AOW verhoogd”. Maar de prijsstijgingen hebben dat verhinderd.

“Gepensioneerden bungelen al jaren onderaan de koopkrachtlijstjes, en dat is nu dus niet veranderd.” De pensioenen zijn namelijk niet zo hard gestegen als de inflatie. Bij pensioenontvangers nam de koopkracht in doorsnee met ruim 3 procent af, meldde het CBS. Het merendeel van de pensioenontvangers had een te hoog inkomen om voor de energietoeslag in aanmerking te komen. Een te hoog inkomen, dat klinkt positief. Maar dat is het niet per se. De verschillen zijn namelijk groot tussen senioren. “Vergelijk het met de zorg. Zoals niet elke oudere zelfstandig thuis kan blijven wonen, zo heb je ook aan de financiële kant mensen bij wie echt armoede zit. Die alleen AOW hebben, of niet eens volledig AOW omdat ze in het buitenland hebben gewoond. En gepensioneerden met een goed aanvullend pensioen zien de boterhammen toch duurder worden. Zonder toeslag gaan ze erop achteruit”. Als de middeninkomens stevast vergeten worden, kan een deel van hen afglijden naar ‘de onderkant’. De groep waarvoor bestaanszekerheid een probleem wordt, wordt steeds groter. Er is sinds afgelopen januari wel sprake van een indexatie maar ik vrees dat de pensioenverhogingen bij de volgende ronde zullen tegenvallen. “Pensioenfondsen zijn terughoudend, omdat ze bij de herziening van het pensioenstelsel voldoende geld in kas willen hebben.

Wij moeten ze vragen om de voet van de rem te halen.”
Verder in dit maandbladje weer boordevol nieuws vanuit de vereniging. Een greep uit de activiteiten van oktober: valtrainingen, kunst en klikeo-middag, oktoberfest met muziek, dagreis Urk, wandelexcursie Stippelberg en de diverse dagelijkse activiteiten zoals o.a. yoga, koersbal, inloop op zondag, line-dance, schilderen, quilten, hobbymiddag en een oproep voor helpende handjes bij vrijwilligerswerk in Nazareth. Veel leesplezier.

Frans Francissen



**alzheimer
café**

Elke tweede dinsdag van de maand is het Alzheimercafé geopend met elke maand een ander thema. Het thema voor de maand oktober is : Mantelzorg. Hoe is het als je dierbare dementie krijgt? Wat verandert er in je relatie? Als belangrijkste verzorger/mantelzorger van een naaste kun je je eigen behoeftes uit het oog verliezen. Waar loop je tegenaan? Welke keuzes kun je maken? Heb je sowieso iets te kiezen? Hoe bewaar je het evenwicht? Deze maand gaan we in gesprek met mensen uit de praktijk, zij vertellen hun verhaal. Misschien wilt u ook uw verhaal, uw ervaringen delen? Weet dan, dat u van harte welkom bent op 10 oktober in Cultuurhuis De Eendracht, St. Annastraat 60 in Gemert. De zaal gaat om 19.00 uur open, de toegang is gratis en een kopje koffie wordt u aangeboden door Alzheimer Nederland. Het programma duurt van 19.30 tot 21.00 uur. Wilt u meer informatie? Neem dan contact op met dorpsondersteuner Theo van der Horst (06-81575431).



- 28 sept. Valtraining
- 4 okt. Uit Eten in Nia Domo
- 5 okt. Valtraining
- 19 okt. Valtraining
- 19 okt. Wandelexcursie

Stippelberg

- 22 okt. Kunst en Kliko in de refter
- 28 okt. bij Dientje Oktoberfest, voor leden gratis
- 17 okt. dagreis Urk
- 30 sept. 'Dag van de ouderen', Bosparel Bakel
- 5 nov. Foto-kijkdag bij Dientje
- 8 november, busreis breifabriek kerstshow
- 6 december, bloemschikken, aanmelden Steunpunt
- 15 dec. vrijwilligersavond
- 21 dec. kerstviering met Tonny Wijnands bij Dientje
- **Info Alzheimercafé:**
Theo v.d. Horst (06 81575431)
- Info: steunpunt mantelzorg, tel.: 0492-347458 op dinsdag- en donderdagochtend.

**** Kent u iemand in uw buurt die wel eens een bezoekje kan gebruiken? Neem dan contact op met Seniorenvereniging KBO-Gemert of Zorgcoöperatie Gemert.***

****Website Stichting Nazareth: www.stichtingnazareth.nl***

- Elke zondag voor iedereen van 13.30 -17.00 uur inloop in de refter voor een praatje en een drankje.....

Bloemschikken. Onder leiding van Jeroen v.d. Putten wordt bij voldoende deelnemers in de refter van Nazareth op 6 december de cursus bloemschikken gegeven die in het teken van Kerst staat.

Kosten 16,50 p.p. per avond, te betalen bij aanmelding, aanvang 19.30 uur. Gaat alleen door bij minimaal 10 deelnemers. Voor materiaal wordt gezorgd, deelnemers dienen zelf een mesje of tang mee te brengen.

.....

TUSSEN KUNST EN KLIKO

In ons jubileumjaar 2021 heeft de geplande “TUSSEN KUNST EN KITSCH” niet plaats kunnen vinden wegens de coronaperikelen. Inmiddels hebben we Cees en Anneke Prinsen- van Doorn uit Hilvarenbeek bereid gevonden om op **zondagmiddag 22 oktober van 14.00 tot 16.00 uur** voor onze vereniging tussen “KUNST EN KLIKO” te verzorgen in de refter van Nazareth. Het programma bezorgt de aanwezigen een leerzame maar vooral gezellige middag met vrolijke noot. Degenen die zich in 2021 al hadden opgegeven voor “TUSSEN KUNST EN KITSCH”, komen als eersten in aanmerking om hun mee te brengen voorwerpen te laten taxeren. **U kunt zich alsnog aanmelden**.....

Tropische wijntoer Op 7 september brachten we een bezoek aan wijndorp Groesbeek. Het arrangement dat we voorgeschoteld kregen was tot in de puntjes verzorgd. Tijdens de toer kregen we in de wijnvelden uitgebreid uitleg en mochten we een glaasje proeven. De liefhebbers maakten tot slot, na de lunch, nog gebruik van de wijnproeverij in het restaurant terwijl de rest op het prachtige terras nog een consumptie mocht nemen.

ONDANKS DE TROPISCHE WEERSOMSTANDIGHEDEN TOCH EEN ERG LEUKE DAG!!!.....

Hallo allemaal: 'Het is nu zover!'

We zijn begonnen in september op donderdagmorgen om 10.00 uur in de kapel met **bewegen op muziek**. De nadruk tijdens deze les ligt op het plezier hebben in het bewegen. Je leert je mogelijkheden kennen van jouw lichaam als geheel en we trainen door middel van diverse oefeningen kracht, conditie en soepelheid. Je merkt dat daardoor de balans verbetert en je met meer ontspanning en souplesse je dagelijkse bezigheden kunt uitvoeren. Ook weten we uit onderzoek dat het een positief effect heeft op de mentale gezondheid en de werking van de hersens.

Muziek is tevens een krachtige pijnstillert. De les wordt gegeven door Anja Bierens, fysiotherapeut, en zij heeft ervaring met dansen en bewegen.

Lijkt het je leuk om lekker te bewegen op muziek?

Wees welkom! Kom gerust een les meedoen.

De les is van 10.00-11.00 uur en daarna drinken we een kopje koffie/thee met een gezellig praatje.



*28 bij Dientje :
Oktoberfest met
medewerking van
Die Tiroler
Bergsteiger ,
Duitse schlagers en
Tirolermuziek.*

*Vanaf 13.30 uur
tot 17.00 uur.*

*Voor onze leden op
vertoon van hun kbo-pas: gratis toegang. Niet leden: 5.- euro
intree.....*



Kerstviering

Voor de jaarlijkse Kerstviering bij Dientje kunt u zich nu al aanmelden. Een gezellige middag met muzikale ondersteuning van Tonny Wijnands

staat u te wachten. Eigen bijdrage: € 15,00 per persoon.

Wandelen Stippelberg op 19 oktober

Peter v.d. Boogaard is deze keer onze gids, hij vervangt onze vaste gidsen Ronald en Margriet van Puffelen. Indien een van hen weer hersteld is gaat Peter de wandelingen in samenwerking verzorgen. U kunt zich kosteloos aanmelden. Liefhebbers voor de lunch na afloop bij De Viersprong: ter plekke betalen (€ 12,50 p.p.) Opgeven bij aanmelding. We verzamelen ons om 11.00 uur op de parkeerplaats tegenover het Boswachtershuis aan de provinciale weg tussen De Rips en Milheeze. Vervoer onderling regelen. Hebt u geen vervoer, dan kunt u dat bij het Steunpunt doorgeven.



Men`s Day Er zijn momenteel nog te weinig aanmelders voor een groepstrip. Daarom bevrozen we dit en komen we er volgend jaar op terug.

Valtraining Op donderdagmorgen van 10.00-11.30 uur in de kleine sportzaal van Sporthal Molenbroek. Data: 28 sept, 5 okt. en 19 okt. Kosten voor drie sessies bedragen € 15,00 p.p., opgave Steunpunt. U dient makkelijke kleding te dragen.

Kerstshow in de breifabriek Marcienne in Duitsland

Op woensdag 8 november om 9.30 gaan we weer bij voldoende deelnemers naar de gezellige kerstshow. Vertrek bij de Eendracht met een stop in De Mortel. Het programma is als vanouds. Kosten 11.00 euro.

Opgave bij het Steunpunt en betalen tot en met 27 oktober. Vergeet niet een identiteitsbewijs mee te nemen.

Stemmen

Senioren Netwerk Nederland wil heel veel handtekeningen verzamelen om de partijen duidelijk te maken dat de ouderen van Nederland wijs zullen stemmen. Namelijk stemmen op die partijen die goede plannen voor ouderen hebben op het gebied van wonen, zorg, inkomen, welzijn, veiligheid en buurtvoorzieningen!

Op de website van KBO-Brabant staat een artikel dat u kunt gebruiken voor uw publiciteit. Vanzelfsprekend mag iedereen zelf ook steunbetuigingen verzamelen en ophalen.



UIT ETEN MET SENIOREN Het is de hoogste tijd om samen weer gezellig uit eten te gaan. We gaan deze keer opierendag, woensdag 4 oktober, naar "Nia Domo" ,

St. Agathaplein 6, 5427AB in Boekel.

We mogen kiezen uit 3 soorten soep, en daarna een runderstoofpotje, of heerlijke kabeljauwfilet. [Doorgeven.] Daarbij zomergroenten, aardappelgratin en frietjes met mayo. Afsluiten doen we met een Grand Dessert. Dit alles kost €25.00 excl. de drankjes. We beginnen weer om 17.30 uur en opgeven doe je vóór zondag 1 oktober 17.30 uur. Bij Ad de Hart (363412) of bij Toos Kanters (362553). Tot ziens bij "Nia Domo"

Mooie en sfeervolle fietstocht naar Kevelaer



Op vrijdag 25 augustus hebben 17 deelnemers de 116 km. lange fietstocht naar Kevelaer gefietst. Ondanks flinke regenbuien in de ochtend een geweldige goede sfeer in de groep en een fantastisch mooie tocht met zo weinig mogelijk verkeerswegen maar veel fietspaden door bos en hei. We vertrokken om 7.30 uur 's morgens bij de Gerarduskerk met onze eerste pauze in Overloon, op een mooi binnenterras met een lekker bakje koffie/thee om wat moed te verzamelen voor de dreigende donkere wolken en de eerste buien. Maar de buien trotserend en met de regenkleding aan op weg door een mooie omgeving naar de volgende stop in Wanssum, waar John een lekke band van zijn fiets ontdekte, maar die werd door Piet snel en vakkundig hersteld. Na de pauze in Wanssum op weg naar Kevelaer terwijl het weer al licht verbeterde en de sfeer in de groep steeds zonniger werd. Onderweg de oversteek met het leuke fietspontje bij Tante Jet in Well waar we van de vriendelijke schipper natuurlijk als KBO-groep wat korting kregen. In Kevelaer hebben we samen

ons meegenomen lunchpakket gegeten, konden de accu's van de fietsen waar nodig opgeladen worden en hebben we genoten van de sfeervolle bedevaartplaats. Natuurlijk heeft ieder op zijn/haar manier in een kerk of kapel stil kunnen staan bij de gebeurtenissen uit zijn/haar eigen leven en zijn de nodige kaarsjes aangestoken. ***Voor alle KBO-leden die een extra steuntje in de rug nodig hebben is door Joke (foto) namens de fietsgroep een kaarsje aangestoken voor kracht en een spoedig herstel.*** Tegen 15.00 uur zijn we weer vertrokken uit Kevelaer naar ons volgende pauzepunt: bij de Bloesem eten en drinken in Bergen. Inmiddels begon de zon te schijnen, was iedereen weer droog en werd er tijdens het fietsen weer als vanouds gezongen. Na de pauze in Bergen op weg, via de laatste etappe en de oversteek met de pont in Bergen, naar onze laatste pauze bij de Viersprong in de Rips. In dit restaurant hebben we gezamenlijk zoals altijd bij de lange tochten een lekker hapje gegeten, nagepraat over de mooie en sfeervolle tocht en iedereen is voldaan en met een goed gevoel weer naar Gemert gefietst om rond de klok van



20.00 uur aan het weekend te kunnen beginnen.

Met dank aan Albert Heijn die ook voor deze tocht alle deelnemers heeft voorzien van een lekker hapje en drankje. Albert Heijn, namens de KBO-fietsgroep: BEDANKT.



Heeft u vragen over het digitaal regelen van overheidszaken?

Er zijn tegenwoordig steeds meer dingen van de overheid die u zelf online moet regelen. Het aanvragen van een AOW-uitkering, DigiD en zorgtoeslag, het indienen van uw belastingaangifte of het verlenen van uw rijbewijs. U kunt met

vragen over de digitale overheid terecht bij het Informatiepunt Digitale Overheid (IDO) van Bibliotheek De Lage Beemden in Gemert op maandag t/m vrijdag van 14.00 uur tot 17.00. St.-Annastraat 60 in Gemert. Kijk op onze website www.bibliotheeklagebeemden.nl, bel ons op 0492-323245 of kom langs in onze vestiging in Gemert of Bakel.

Vrijwilligers Nazareth

Geleidelijk aan vinden er steeds meer activiteiten plaats in Nazareth. Om alles in goede banen te leiden, zijn wij op zoek naar vrijwilligers die enkele uurtjes per week een handje willen toesteken. Denk hierbij aan het in gereedheid brengen van de refter en kapel, zoals het plaatsen van stoelen en tafels, keukens op orde houden, in- en uitruimen van vaatwassers. Kortom het gebruiksklaar houden van de diverse ruimten. Lijkt dit iets voor u, dan kunt u contact opnemen met Nazareth op ma-wo- en vrijdagmorgen tussen 10.00 en 12.00 uur, tel.0492-347458 of via E-mail:

secretariaat@seniorenvereniginggemert.nl.

Mogen wij op u rekenen ?

Dagtocht URK 17 oktober 2023

Beste mensen,

Dinsdag 17 oktober is het dan zover. De dagreis naar URK. Velen hebben zich aangemeld en de bus zit dan ook helemaal vol. Er is zelfs een reservelijst die tot op de dag ervoor nog eventueel aangesproken kan worden.

08.30 uur staat de bus bij de Eendracht Sint Annastraat 60.

08.45 uur Vertrek waarna we rechtstreeks naar Hoenderloo rijden voor koffie met gebak.

Daarna vervolgen we onze reis naar Urk.

12.00 uur Verwachte aankomst op Urk waar we direct in gaan schepen voor een mooie vaart van ongeveer 1,5 uur bij rederij Zuiderzee, voor de liefhebbers bekend van de **serie Op Urk**.

Als het schip weer aan wal ligt, hebben de deelnemers voldoende tijd om naar het centrum van Urk te wandelen en even te proeven van de sfeer op het voormalige eiland.

Wellicht komt u nog wel iemand tegen uit de tv-serie.

15.30 uur Hoogste tijd om Urk weer te verlaten en te beginnen aan de terugreis naar Gemert.

We onderbreken de terugreis in Zeeland waar we bij het Witte huis de dag af gaan sluiten met een goed verzorgd 3-gangendiner.

19.00 uur Na het diner is het niet zo heel ver meer naar Gemert.

Wij hopen op een mooie trip en een hoop gezelligheid onder elkaar.

**De Reiscommissie,
Joep, Marjo en Paul**



Nieuwe leden:



- Asten, H.M.F. van., Predikherenstraat 8
- Feith-Pothof, M.J.B. , Vic. van der Asdonckstr 10
- Mulder, P.J.L., Nieuwveld 40
- Swinkels, J.H.M., Nonnengang 40
- Swinkels - Suijs, M.H.J., Nonnengang 40
- Lensink, C.P. , Groeskuilenstraat 38
- Fost, R.M.J.A. de, Bisonstraat 95
- Fost-van den Boogaard, W.S.M. de, Bisonstraat 95

Overleden leden:

† Dhr. G. Rooijackers, de Haag 62

† Dhr. J. Colen, Keizersbosch 26

Wij wensen de nabestaanden veel sterkte.



Voor de volgende editie dient u kopij in te leveren vóór uiterlijk 12.00 uur op maandag 16 oktober. Artikeltjes niet meer dan 200 woorden.

Wij verzoeken u nogmaals kopij ruim op tijd in te sturen; bent u te laat dan kunnen we niet meer plaatsen i.v. m. afspraak eindcorrectie en drukker.