



Woord van de voorzitter

Nu onlangs de week van de eenzaamheid weer heeft plaatsgevonden, wil ik bij dit maandblaadje even stilstaan bij het verminderen van eenzaamheidsgevoelens. Het is

immers ook belangrijk dat je inzet op de preventie van vereenzaming, waar zelfs de meeste winst te behalen is. Hoe langer het proces van vereenzamen duurt, hoe ingewikkelder het wordt om de eenzaamheid te doorbreken.

Als Seniorenvereniging willen we voorkómen dat mensen (verder) vereenzamen en in een negatieve spiraal terechtkomen. Het praten over eigen gevoelens van eenzaamheid kan gevoelens van schaamte geven. Je eenzaam voelen wordt vaak als een zwakte gezien, terwijl iedereen zich wel eens eenzaam voelt. Hoewel het taboe op eenzaamheid waarschijnlijk niet snel helemaal verdwijnt, kan het wel verminderen door er vaker met elkaar over te praten. Dat faciliteer je op kleine schaal waarbij we als startpunt de inloop op zondag in Nazareth kunnen aandragen. Daarnaast draagt een positieve gezondheid ook bij aan het vermogen van mensen om met de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen in het leven om te gaan. Dit staat in nauwe verbinding met het thema eenzaamheid. Benut dus het spinnenweb van positieve Gezondheid voor de preventie van eenzaamheid.

De verschillende levensdomeinen bieden ingangen om de kwaliteit van leven te bevorderen. Zo kun je meer levenslust ervaren als je iets doet wat voor jou zinvol is of als je meer gaat bewegen. Als mensen lekker in hun vel zitten, is het risico op vereenzaming kleiner.

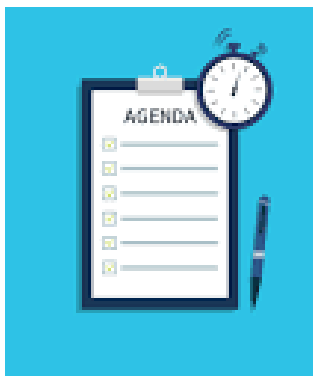
Als Seniorenvereniging zorgen we al voor een gastvrije voorziening in Nazareth om sociale contacten aan te gaan en te onderhouden. We zien al diverse activiteiten tot ontplooiing komen die hieraan kunnen bijdragen en waarbij de voorziening of activiteiten openstaan voor nieuwe deelnemers.

Zo is er samen met de overige afdelingen van de KBO in de gemeente Gemert-Bakel het plan opgepakt om een vitaliteitsdag te organiseren. Ook kan gedacht worden aan initiatieven als invulling van een sfeervolle plek als Nazareth, waar ouders, kinderen en bewoners van Nazareth e.o. elkaar ontmoeten, is een groep gestart met bewegen op muziek met een gezellig praatje en wat te denken van de line-dancegroep.

Een greep uit tal van activiteiten welke in Gemert zeker nog verder kunnen worden uitgebreid. Maar om alles gebruiksklaar te houden zijn wel vrijwilligers gewenst die zich voor Nazareth enkele uurtjes per week wensen in te zetten.

Ik vertrouw erop dat we op u mogen rekenen en wens ook weer veel leesplezier bij deze uitgave en vergeet vooral niet om op 22 november a.s. te gaan stemmen. Oud en wijs genoeg om onze stem uit te brengen op partijen welke het ouderenbeleid een warm hart toedragen.

Frans Francissen, voorzitter



Noteer deze belangrijke data !

27 okt., afsluiting fietsseizoen met lunch in Boerdonk

31 okt., huldiging jubilarissen

5 nov., fotokijkdag bij Dientje

- 8 november, busreis breifabriek kerstshow
- 21 nov. voorlichting reizen bij Dientje , aanvang 19.00 uur
- 6 december, bloemschikken, aanmelden Steunpunt
- 15 dec., vrijwilligersavond, tevens verdeling kerstpakketten.
- 21 dec., kerstviering met Tonny Wijnands bij Dientje
- 16 t/m 21 jan. 2024, Senioren-expo Veldhoven
- **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 in de refter van Nazareth op 6 december de workshop bloemschikken gegeven die in het teken van Kerstmis staat. *Kosten 16,50 p.p. per avond, te betalen bij aanmelding, aanvang 19.30 uur. Er zijn inmiddels voldoende deelnemers, dus het gaat door! Voor materiaal wordt gezorgd, deelnemers dienen zelf een mesje of tang mee te brengen.*



AD V. EIJK - ALFRED V. VOORTHUIJSEN - FRANS RELOE - TONNY V.D. ELS
Boekingen: Tel: 06 107 437 91 E-mail: thvanderels@onsbrabantnet.nl

28 oktober 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: €5,00 entree.

Koersbal

De competitie van het koersballen is afgesloten met een leuke middag. De prijzen werden uitgereikt door onze voorzitter Frans Francissen en René Roep, voorzitter van Stichting Nazareth.

Eveneens door Theo Manders, de organisator van koersballen, en Jack Schriks namens Bouwservice Hans Verhagen.



De middag begon met een gezellig potje koersballen door genodigden en de koersbalspelers. Na de koffie met cake werden de prijzen bekendgemaakt. Op volgorde van uitreiking:

- Poedelprijs: Max Eliot.
- **3e** prijs: Peter v.d. Boogaard
- **2e** prijs: Chris Kramer
- **1^e** prijs: Sjef Vermulst

De wisselbeker ging ook naar Sjef Vermulst.

De middag werd afgesloten met gezellig samenzijn met een hapje en een drankje.

Inmiddels heeft de koersbalgroep een nieuwe naam:

Ooh Net Nie

Kerstviering met Tonny Wijnands



U kunt zich nog opgeven voor de kerstviering op 21 dec. bij Dientje. Voor deze traditionele supergezellige middag is al veel belangstelling, dus wees er als de kippen bij.

Programma:

- Ontvangst koffie met iets lekkers
- Openingswoord door onze voorzitter
- Tussendoor muziek van Tonny Wijnands
- Gratis consumptie
- Uitgebreide koffietafel.



Eigen bijdrage €15,00 p.p., incl. koffie met iets lekkers, uitgebreide koffietafel met een drankje. Inloop 13.30 uur.

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 12.00uur, tel.0492-347458 of via E-mail: secretariaat@seniorenvereniginggemert.nl.

Mogen wij op u rekenen ?



Gekostumeerd senioren dansen

Dinsdagsmiddags vanaf 13:00 tot 17:00 uur.

Gezellige dansmuziek met enkele oude carnavalsnummers verzorgd door het echtpaar Geurts. Zij staan garant voor een geweldige dansmuziek met een knipoog naar het carnaval.

Dit zoals iedere dinsdagmiddag bij Dientje, Kerkstraat 17 Gemert. Zegt het voort..



Beste leden en niet-leden,

Wij willen weer een cursus organiseren voor 50-plussers met de GSM Smartphone- telefoontjes in de maand november op de woensdagavonden van 7 tot 9 uur, in totaal 5 lessen. De datums zijn 1-8-15 -22-29 november 2023. Deze worden bij voldoende deelname gegeven in Hof van Nazareth 53 in Gemert. Opgeven voor de cursus kan via telefoon 0492-347458 tijdens de openingstijden. Aanmelden kan ook via seniorwebgemert@gmail.com.

Voor 50-plus is er de mogelijkheid om een jaar gratis lid te worden van SeniorWeb Nederland als je nog geen lid bent. Deze inschrijfformulieren zijn gratis verkrijgbaar tijdens de openingstijden van het Steunpunt in Hof van Nazareth 53 te Gemert.

Kerstpakketten vrijwilligers

Onze vrijwilligers zijn, als blijk van waardering, gewend jaarlijks een kerstpakket te ontvangen. Dit jaar combineren we dat met een gezellige avond op 15 december in de refter van Nazareth. Vrijwilligers zijn vanaf 19.30 uur welkom. Bent u verhinderd, geeft het dan even door.

Tip: iedere maandagochtend voor iedereen van 10.00 – 11.30 uur gezellig koffie-uurtje in speeltuin De Wieken.

Informatieavond reizen

Bent u nieuwsgierig wat de nieuwe reiscommissie voor het jaar 2024 in petto heeft? Kom dan 21 november naar Dientje. In de zaal worden door deskundigen uitgebreid de plannen gepresenteerd. Tijdens die avond is er ook gelegenheid daarvoor in te schrijven. Inloop vanaf 19.00 uur.



Bankinformatiepunt Nazareth verlengd

Mensen die hulp nodig hebben bij hun digitale bankzaken kunnen voorsnog tot januari 2024 bij het informatiepunt Nazareth terecht. Bezoekers kunnen voorlichting krijgen van deskundigen die door seniorenvereniging KBO-Gemert-Bakel en Houvast zijn aangesteld.

Zij helpen u op weg en kunnen desgewenst een bezoeker in contact brengen met een bankmedewerker die vertrouwelijke bankzaken kan begeleiden. Ook adviseren ze om samen te werken met Seniorweb evenals het digipunt van bibliotheek de Lage Beemden, want dat is de ideale manier om de digitale wereld beter te leren kennen. Het bijzondere van Seniorweb is dat cursussen gegeven worden door leeftijdgenoten.

Het bankinformatiepunt is elke dinsdagmiddag van 14.00-16.00 uur geopend en is te vinden in Hof van Nazareth 53, Gemert. Via de website www.toegankelijkbankieren.nl is al veel info te zien.



Rabobank

Rabo Clubsupport

De opbrengst van deze actie, een initiatief van de Rabobank, is voor onze vereniging **€ 486,39**.

Toch weer een leuk bedrag voor onze clubkas, leden hartelijk dank voor uw stem.

Valtraining

De valtrainingen zijn inmiddels onder veel belangstelling afgesloten. Voor degenen die daaraan meededen, volgt op een nader te bepalen datum een herhalingscursus waar ieder via de mail bericht van krijgt. Vervolgens wordt bekeken of er volgend jaar een vervolg komt.

Kerstshow in de breifabriek Marcienne in Duitsland

Op woensdag 8 november om 9.30 gaan we 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. Er zijn reeds voldoende aanmelders voor de bus. Nieuwe belangstellenden komen op de reservelijst.

ALZHEIMER CAFÉ GEMERT/BAKEL/LAARBEEK OP 14 november a.s.

Dinsdag 14 november staat de deur van het Alzheimercafé weer wagenwijd open. Deze keer niet in Gemert, maar in BEEK EN DONK.

Graag nodigen wij mensen met dementie, hun naasten, vrijwilligers en belangstellenden van harte uit om aanwezig te zijn voor een praatje en het ontmoeten van lotgenoten. Maar zeker ook om geïnformeerd te worden over interessante onderwerpen.

Deze maand praten we over: AANGENAAM LEVEN

In het Ontmoetingscentrum in Beek en Donk gaat Liesbeth in gesprek met een casemanager over een aangenaam leven. Hoe kan iemand met dementie zijn dagelijks leven zo aangenaam mogelijk maken? Eenmaal geconfronteerd met het besef dat je lijdt aan dementie, is het moeilijk om daar mee om te gaan. Hoe kun je dan je verdere leven zo aangenaam mogelijk maken? Hoe zorg je voor de balans tussen blijven doorgaan en aanpassen? En hoe zorg je voor steun en support uit je omgeving? Welke keuzes maak je beter al op tijd en welke gesprekken zijn daarvoor nodig?

De zaal van het Ontmoetingscentrum aan de Otterweg 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: 06-815754231
of theovanderhorst@dedorpsondersteuners-gemertbakel.nl

Nieuwe leden:

*De hr. A en mevr. M Verhagen
Berglarenstraat 41, de hr. A en mevr. LA
van Mil-de Korte Lopense 16, de hr. M J
Seijkens Schoorswinkel 71, de hr.H v.d.
Laar Borretstraat 18,
de hr. J en mevr. A v.d.Heuvel- van Leuken Nieuwe Biezen 45,
mevr. L Peters Prinses Irenestraat 50, mevr. H de Ruijter
Vlasakker 10, de hr. J.v.Zeeland Heuvelsepad 38,
mevr. G v.Erp – v.d. Broek Molenstraat 6,
mevr.J v. Erp Watermolen 7, de hr. J Wijnen Hof van Nazareth
13, mevr. M Sterken Van Loestraat 9,
de hr. G en mevr. M v.d. Heuvel- Peters Pastoor Strijbosstr. 7,
mevr. M van Roij Van Beekstr.1, mevr. M Veth-van Ansem
Domein 38, de hr. F Jacobs Hof van Nazareth 52, mevr. S
Mulder Bunder 14, de hr. Th. Leenders Molenstraat 17,
mevr. H v.d. Boom Van Loestraat 1, mevr. A v.Lith-Landzaadt
De vossenheuvel 9 De Mortel.*



† Overleden leden

***Mevr. M.v.d. Elsen-van Hout Burg. Rietmanstr.35, mevr. M
Munsters-Hellings Valeriusstraat 112, de hr. J. Colen
Keizersbosch 26.***

Wij wensen de nabestaanden veel sterkte.



***Voor de volgende editie) dient u kopij in te
leveren voor uiterlijk maandag 20 november
12.00 uur. Artikeltes maximaal 200
woorden.***

***Op tijd inleveren, bent u te laat dan kunnen
we helaas niet meer plaatsen!!!!***

