

Beste leden,

Als ik dit voorwoord zit te schrijven heeft de herfst definitief zijn intrede gedaan met een hele dag regen, de klok wordt einde van de maand weer teruggedraaid en de dagen worden dus veel korter. Graag willen wij als KBO toch een lichtend voorbeeld zijn met onze activiteiten, in november vieren we 15 jaar kienen en in december hebben we de kerstviering op het programma staan. Graag zien we jullie hier in grote getale op afkomen, meer informatie in deze nieuwsbrief. Natuurlijk blijven de wekelijkse zaken gewoon doorgaan in De Kastanje, hopelijk zien we meer leden hieraan meedoen. De KBO wil ook een nieuwe activiteit, Linedance, gaan opstarten op maandagavond en wil graag weten of jullie hierin interesse hebben. Mochten er nog andere ideeën zijn dan horen we dit graag.

Terugkijkend op de zomer moeten we helaas melden dat het fietsen een paar keer in het water is gevallen. Bij mooi weer kunnen we in oktober hopelijk nog een ronde maken.

De themamiddag Goed wonen voor ouderen is zeker geslaagd en hopelijk gaan velen gebruik maken van de gratis wooncheck aangeboden door MijnHuisPast.

Hopelijk kunnen we toch genieten van een fijne herfst en mogen we nieuwe leden tot einde van dit jaar verwelkomen.

Theo Aarts,

Voorzitter KBO Liessel

Mutaties in het ledenbestand

Overleden

Jan Janssen	23 sept.	90 jaar
Tonny van der Werf-Smits	25 sept.	82 jaar

Verhuizing

Tonny van Duijnhoven-Goossens

We hebben op dit moment 466 leden waarvan 4 gastleden.

De Lijsselse Toffel

Groep 2	8 november
Groep 3	15 november
Groep 1	29 november
Groep 2	6 december

Meld je op tijd af bij de kookstaf als je niet kunt, dan kan iemand die op de reservelijst staat komen eten. Mocht u vergeten zijn zich af te melden als u verhinderd bent, dan is de kookstaf genooddaakt om € 10,00 in rekening te brengen. De inkopen zijn dan al gedaan, terwijl er niemand voor u in de plaats kan komen.

KBO-leden die graag mee willen komen eten of willen komen helpen met koken kunnen zich bij de kookstaf aanmelden. Nieuwe deelnemers komen om te beginnen op de reservelijst staan.

De kookstaf bestaat uit Maria Mennen (tel. 06 15555701), Helga van Straaten en Erik van Heijster. Contactpersoon: Annie Kuunders, tel. 06 23721109.

AGENDA activiteiten voor de komende periode, in De Kastanje (tenzij anders vermeld) OF, kijk op de kalender op onze website: www.kboliessel.nl
Elke dinsdagmiddag Soosmiddag Als u zin hebt om te kaarten kom dan op dinsdagmiddag naar De Kastanje en sluit aan bij een tafels. Ook biljarters zijn van harte welkom!
Seniorweb Liessel Heeft u vragen over uw computer of laptop (programma's, e-mail, websites) of wat betreft tablet of smartphone kom dan op dinsdagmiddag tussen 13:30 en 14:30 uur dan helpen vrijwilligers van Seniorweb Liessel U.
Elke donderdagmiddag Schilderen Aanvang 13:30 uur € 5,00 per les. Contactpersoon Annie Kuunders 06 23721109.
Elke woensdagavond Rikconcoers Inschrijven om 18:30 uur en start rikken 19:00 uur, inschrijfgeld € 2,50. Voor meer informatie kunt u bellen met Marga Huibrechtse 06 53935358.
Fietsen Donderdag 26 oktober (alleen bij goed weer nog één keer dit jaar) Vertrek om 13:00 uur bij De Kastanje. Contactpersoon: Toon van Duijnhoven 06 50526340.
Kienen Donderdag 2 november 13:30 uur – 16:00 uur € 4,00 per kaart. Contactpersoon Annie Kuunders 06 23721109
Musical Mamma Mia Zondagmiddag 5 november, in de schouwburg De Maaspoort in Venlo. Vertrek 13:00 uur vanaf het kerkplein in Liessel. Contactpersoon Joke van der Tol 06 24801969

Verslag Themamiddag Goed wonen voor ouderen

De themamiddag Goed wonen voor ouderen op donderdag 19 oktober in De Kastanje werd goed bezocht. Wiljan Raijmakers van Bergopwaarts hield een voortvarende presentatie over het beleid omtrent het woningaanbod, het toewijzen van woningen aan woningzoekenden en het programma Van goed naar beter. Jos Schepman van MijnHuisPast vertelde een bevlogen verhaal over de risico's en valkuilen die in de eigen woning kunnen voorkomen wanneer we ouder worden en wat mogelijke oplossingen zijn. Aan de hand van een powerpoint presentatie gaf hij tips om de woning met simpele oplossingen veiliger te maken.

Bergopwaarts

Wiljan Raijmakers gaf aan dat tegenwoordig alles digitaal gaat via de site van Bergopwaarts, zoals het inschrijven voor een huurwoning. Elke donderdag om 12.00 uur komt het nieuwe aanbod van woningen op de site. Belangstellenden kunnen tot maandagavond inschrijven voor een van de woningen. Het toewijzen van woningen gebeurt door middel van loting. Nieuwe wetgeving, die nog niet door de kamer is, maar hopelijk wel komt, moet er voor gaan zorgen dat 50% van het aanbod in Liessel beschikbaar is voor eigen inwoners. Voor het overige moet Bergopwaarts woningen toewijzen aan urgente woningzoekenden (bijvoorbeeld gescheiden moeders), arbeidsmigranten en statushouders. Bergopwaarts beschikt in totaal over ruim 300 huurwoningen in Liessel. Er is veel meer vraag dan aanbod. Onder het Motto Van goed naar Beter biedt Bergopwaarts aan huurders van 75 jaar en ouder de mogelijkheid een bestaande woning in te ruilen voor een kleinere of meer geschikte woning of appartement. Belangstellenden kunnen met Bergopwaarts contact opnemen voor een gesprek met Wiljan Raijmakers hierover, www.bergopwaarts.nl

Verder vertelde Raijmakers over het Oppluspakket van Bergopwaarts. Huurders kunnen via de woningbouwvereniging hulpmiddelen aanvragen zoals douchezitjes, wandbeugels, seniorensloten, raambediening, antislipvloer, toiletverhoging, etc.

MijnHuisPast

Jos Schepman, bestuurslid van KBO Kring Deurne, noemde drie aandachtspunten om over na te denken bij het ouder worden: welke risico's zijn er, welke oplossingen zijn er en wie kan helpen?

Rondom het huis kunnen ongelijke bestrating, gladde terrastegels, kiezelpaden en opstapjes een risico vormen. De meeste valongelukken gebeuren in huis, met name 's nachts tussen 22.00 en 8.00 uur. Hulpmiddelen zijn onder meer: een beugel aan het bed voor bij het opstaan, lampjes op bewegingsmelders onder het bed en langs de traptreden, goede trapleuningen aan weerszijden, traptredenverhogers of een traplift.

In de badkamer kunnen antisliptegels, antislipspray, een goed verankerde douchebeugel en een krukje of stoeltje voor in de douche valpartijen voorkomen. In huis zijn simpele oplossingen te bedenken voor risico's als drempels, losliggende kabels of vloerkleedjes. Ook op het gebied van Domotica zijn er tal van hulpmiddelen, bijvoorbeeld automatische verlichting en bediening van gordijnen of zonwering, slimme spionnetjes in de deur of een deurbel met camera.

Wilt u weten welke oplossingen er zijn om uw eigen huis veiliger of comfortabeler in te richten, vraag dan een gratis wooncheck aan. Deskundige vrijwilligers komen bij u thuis en lopen samen met u het huis door om te bekijken wat eventuele obstakels en mogelijke oplossingen zijn. Na de wooncheck krijgt u een uitgebreid rapport met informatie, tips en adviezen. De contactgegevens voor het aanvragen van een wooncheck zijn: e-mail deurne@mijnhuispast.nl, website www.mijnhuispast.nl/deurne of telefonisch via Zorg in Deurne 0493-387387.



15 jaar Kienen

In de vorige nieuwsbrief hebben we al gemeld dat KBO Liessel 15 jaar geleden is begonnen met kienen. Daarom bieden we op donderdag 2 november alle deelnemers 1 gratis kienkaart aan. Dus, als u nog nooit hebt meegedaan met kienen kom dan op donderdag 2 november om het eens te proberen. Komt u al vaker kienen, kom dan in ieder geval ook op donderdag 2 november en neem familie of vrienden mee! Zoals altijd zijn er weer leuke prijzen te winnen.

Kerstviering donderdag 14 december

Op de laatste bladzijde van deze nieuwsbrief vindt u het programma en het aanmeldingsstrookje voor de jaarlijkse kerstviering voor onze leden. De werkgroep Kerstviering heeft weer voor een mooie middag gezorgd. Vanaf nu kunt u zich al aanmelden!

Rikconcours

De winnaars van september 2023.

06 september Annie Verouden

13 september Tonnie van Duijnhoven

20 september Piet Vriens

27 september Jo van de Mortel

Er is nog plaats voor méér ridders voor het riddersconcours op woensdagavond. Dus, als u het leuk vindt om eens mee te doen, kom dan op woensdagavond om 18:30 uur naar De Kastanje. Ook op dinsdagmiddag zou het fijn zijn als er meer ridders mee doen zodat er meer tafels gemaakt kunnen worden.

Nieuwe activiteit? Interesse in Linedance?

Bij voldoende belangstelling willen we in januari starten met Linedance in De Kastanje. Elke maandagavond van 19.45 tot 21.00 uur kan er gedanst worden onder leiding van een instructrice, kosten € 30,00 p.p. voor 8 lessen.. Op verzoek van meerdere leden is de vraag gekomen om deze sportieve, muzikale activiteit in Liessel op te starten. Linedance is gezellig, het houdt je fit, het werkt ontstressend en het verbetert de concentratie. Dus, als u denkt dat lijkt me wel wat, stuur dan 'n mailtje naar kbo.liessel@gmail.com, of geef het door aan een van de bestuursleden, vóór 1 december. Daarna kijken we of we kunnen starten met voldoende deelnemers.

Gratis lidmaatschap tot einde jaar

Als KBO willen we graag meer leden verwelkomen en daarom is er de mogelijkheid voor een gratis lidmaatschap tot einde van dit jaar. Dus nodig uw bekenden, zoon of dochter die 50 jaar of ouder is, uit om lid te worden van KBO Liessel, we zijn er voor alle belangen van de ouderen.

Uitslag Rabo ClubSupport

De deelname van KBO Liessel aan RaboClubSupport heeft € 766,50 opgebracht. Hartelijk dank voor uw stem en de steun, die onder meer ten goede komt aan onze activiteiten en het bevorderen van sociale contacten en belangenbehartiging voor onze leden.

100 jarige Miet Geboers

Op 15 september werd Miet Geboers 100 jaar. Zij is verhuisd naar Vessem en op 28 september hebben enkele bestuursleden haar een bezoek gebracht om haar te feliciteren. Zij hebben haar een oorkonde overhandigd ter gelegenheid van het bereiken van de 100-jarige leeftijd en daar hoorde natuurlijk ook bloemen bij. Namens KBO-Brabant mochten we haar ook nog 'n chocolade felicitatiekaart geven. Het was 'n heel gezellig bezoek en Miet doet iedereen de hartelijke groeten!



Leef Deurne

De buurtsportcoaches van Leef! organiseren op twee dagen de jaarlijkse fittesten voor 55-plussers. Tijdens de fittesten kunnen 55-plussers uit de gemeente Deurne een aantal gezondheidschecks laten uitvoeren. De testen worden ingevuld op het testscoreformulier en aan de hand daarvan wordt een vrijblijvend gezondheidsadvies gegeven.

Het deelnemen aan de fittest is geheel gratis.

De testdagen vinden plaats op:

01-11-2023 Den Draai – Deurne 09:00 - 12:00

08-11-2023 Hofke van Marijke – Deurne 13:00 - 16:00

Via <https://www.leefdeurne.nl/55-fittesten> kan GRATIS ingeschreven worden.

Alle 55-plussers zijn van harte welkom op één van de fittestdagen!

Van KBO-Brabant

Senioren Expo Veldhoven

Van dinsdag 16 tot en met zondag 21 januari is er weer de bekende en succesvolle Senioren Expo in het evenementencomplex NH Koningshof in Veldhoven. Het wordt een feestelijke Senioren Expo, want het is de 20^e editie. En ook deze keer werkt KBO-Brabant mee aan de beurs. Op vertoon van het KBO-lidmaatschapspasje krijgen alle KBO-leden een korting van € 5,00 op de entreprijs van € 15,00.

Alzheimer Café Peelland

Alzheimer Café dinsdag 7 november: Rouw en Verlies met dementie.

Behalve Theo Lankhorst heeft Alzheimer Peelland nog een nieuwe gespreksleider gevonden: Monique v.d. Heuvel. Zij zal het Café van 7 november leiden.

Het verlies van je gezondheid kan een rouwproces teweegbrengen. We noemen dit ook wel levend verlies. Op het moment van de diagnose begint dit proces al. Ineens is er het besef dat het niet meer beter wordt en dat het contact waarschijnlijk steeds verder gaat verminderen. In eerste instantie heeft het veel impact voor de persoon zelf en daarnaast zeker ook voor naasten. Zeker als je merkt dat je dierbare steeds weer en meer geconfronteerd wordt met mentale achteruitgang. Dit kan veel gevoelens van rouw oproepen zoals boosheid, verdriet, onmacht en frustratie. Gespreksleider Monique v.d. Heuvel gaat hierover in gesprek met Noëlle Loomans, psychosociaal therapeut.

Het ACP is bedoeld voor mensen met dementie, hun naasten (mantelzorgers) en belangstellenden uit Asten, Deurne en Someren en omgeving.

De bijeenkomst begint om 19.30 uur (inloop vanaf 19.00 uur) en duurt tot 21.00 uur en vindt plaats in 't Kwartier, Kerkstraat 10 in Asten.

De toegang en het eerste kopje koffie zijn gratis.

Ine van Hal

Joke van der Tol

Secretariaat KBO Liessel

kboliessel@gmail.com

tel 06 24801969



Kerstviering



Onze Kerstviering is dit jaar op donderdagmiddag 14 december a.s. in De Kastanje. De zaal is open vanaf 13.00 uur en een half uur later wordt er begonnen met een stemmig Kerstverhaal verteld door pastoor Hedebouw. Met tussendoor Christel Meulendijks, die de muzikale intermezzo's zal verzorgen. Hierna volgt een korte pauze met koffie/thee en kerstbrood. Rond 15.00 uur treedt Leon Bots op en in zijn pauze krijgt u een consumptie aangeboden van de KBO. De middag wordt afgesloten met een goed gevulde koffietafel (met soep en een kroket) en een loterij. De kosten voor deze middag bedragen **€ 13,00 p.p.** KBO-leden kunnen zich opgeven tot en met **zondag 10 december**.

✂

Aanmeldingsstrookje kerstviering donderdag 14 december 2023

NAAM _____ 1^e persoon

NAAM _____ 2^e persoon

ADRES _____

De betaling van **€ 13,00 per persoon** dient u over te maken op bankrekeningnummer NL25RABO 0129001457 **vóór zondag 10 december 2023**, onder duidelijke vermelding **Kerstviering met naam en adres**.

Dit deelnamestrookje inleveren vóór **10 december 2023 bij Jan Mennen, Oude Molen 8a**.

Of stuur 'n e-mail met de gevraagde gegevens naar: kboliessel@gmail.com