

Ons Seniorennieuws

uitgave: juni/juli 2021

magazine voor senioren

Een maandelijkse uitgave van



Senioren Vereniging Waspik

Aangesloten bij



KBO-Brabant

Postbus 54, 51₁65 ZH Waspik

GALM

SGW SPORTVERENIGING GALM WAALWIJK

50+

Merkt u dat nou ook?

Dat alles niet meer zo gemakkelijk en vlug gaat als vroeger.

Wilt u graag fit blijven?

Blijf dan zo lang mogelijk in beweging! U bent nooit te oud om te sporten. Kom gezellig samen met ons bewegen bij SGW, Sportvereniging GALM Waalwijk.

GALM is een sportvereniging met gediplomeerde docenten, speciaal voor senioren, vanaf 50-plus. U kunt ook met ons mee doen als u een lichamelijke beperking heeft!

Wij bieden een gevarieerd lesprogramma op vaste tijden en locaties in Waalwijk en Waspik. De contributie bedraagt slechts € 35,- per kwartaal.

Twijfelt u nog?

Weet u niet zeker of GALM iets voor u is? Kom dan vrijblijvend kijken en met ons mee doen. Wij bieden 2 gratis proeflessen aan. Hierna kunt u beslissen of u lid wilt worden van GALM.

Kijk voor meer informatie en lestijden op onze website:
www.galmwaalwijk.nl

✓ **SAMEN BEWEGEN**

✓ **VOOR SENIOREN**
OOK MET EEN LICHAAMELIJKE BEPERKING

✓ **GEVARIEERD
LESAANBOD**

✓ **GEDIPLOMEERDE
DOCENTEN**

✓ **LEUK & GEZELLIG**

✓ **LAGE CONTRIBUTIE**

✓ **IN WAALWIJK
EN WASPIK**

✓ **2 GRATIS
PROEFLESSEN**

www.galmwaalwijk.nl | sgwwaalwijk@ziggo.nl

Uw laatste zorg in goede handen...

**Marjolein
Weggen-Francke /
Leemans**

Uitvaartverzorging
06 - 14 91 09 15

Tel.: 0162 - 40 39 12 / 06 - 13 67 74 41

DE STERGROEP BV
MERCEDES-SPECIALIST



Dongen

0162-310020 www.destergroep.nl



VERKOOP • ONDERHOUD • REPARATIE

www.vanderheijdentweewielers.nl

Schoolstraat 9a Waspik 0416 - 314001

Voor al uw dranken moet U bij
Slijterij **van Alphen** zijn

Kerkstraat 14
5165 CG Waspik
Tel. 0416 - 312736

✿ Écht thuis in wonen en slapen

Uitgebreide collectie boxsprings



**Gratis
linnen
pakket**

Puur nederlandse kwaliteit!
€2175,- vlak / €3495,- elektrisch

Bank Collin



Nu
15%
korting



Diverse
relax fauteuils
kortingen tot
20%



Dé specialist in wonen,
slapen en zitten.

✿ De Statie wonen

Stationslaan 2 • Waspik • 0416 311 229 • www.destatiewonen.nl

Ons Seniorennieuws juni/juli 2022

pag. 04	Voorwoord
pag. 05-06	Lief en leed
pag. 07	Fietsmiddag o.a. naar geitenboerderij Bink Raamsdonk
pag. 08	Recept van vroeger: karnemelksaus
pag. 09-11	Informatie: aardappelen koken en tips baking soda
pag. 12	Oplossing puzzel Sudoku en de winnaar
pag. 13	Kruiswoordpuzzel
pag. 14-15	Energie besparen
pag. 16-17	Uitvoering Energietoeslag
pag. 18-20	Activiteiten Den Bolder: Geheugenpaviljoen en Er op uit in Waspik
pag. 21-28	Verslag Algemene Ledenvergadering d.d. 22 april 2022
pag. 29	Moppentrommel
pag. 30-31	Ons Gesprek
pag. 32	Kaarten in 't Schooltje
pag. 33-34	Meer aandacht woonbehoeften 50-plussers
pag. 35	Zie je vlekjes of draadjes voor je ogen
pag. 36	Tot uw dienst in Waspik
pag. 37	Onze organisatie
pag. 38	Belangrijke telefoonnummers

Ons Seniorennieuws is een uitgave van Seniorenvereniging Waspik en verschijnt 10 X jaar. Oplage ca. 500. Het Seniorennieuws wordt gratis bezorgd bij de leden en relaties van de afdeling.

Redactie: Franca Hooijmaijers. Lay-Out: Franca Hooijmaijers. Redactie adres:
Vrouwkensvaartsestraat 12A, 5165 NP Waspik,
Tel. 0416-313312, e-mail svwfhooijmaijers@ziggo.nl

De contributie voor het lidmaatschap bedraagt € 30,00 per jaar, waarbij voor degene die automatisch betalen een korting wordt verleend van € 1,50. Rekeningnummer Rabobank: NL55RABO 0156521466

Lid worden kan vanaf de leeftijd van 50 jaar via een aanmeldingsformulier te verkrijgen bij het secretariaat. Opzeggingen van het lidmaatschap kan alleen schriftelijk voor 1 december voorafgaande aan het nieuwe verenigingsjaar dat op 1 januari begint. Ook verhuizingen en overlijden schriftelijk mede te delen aan het secretariaat.

Secretariaat: adres: Postbus 54, 5165 ZH Waspik of Leeuwerik 45, 5165 KW Waspik.
Telefoon 06-53937206

Druk: Copy&Co Waalwijk

**Kopij voor de volgende uitgave van Nieuws
graag uiterlijk 18 juli 2022 aanleveren.**

Geheel of gedeeltelijk overname van artikelen en/of berichten is toegestaan, mits daarbij vermeld: Overgenomen uit Ons Seniorennieuws.

COLOFON

Voorwoord

Voor u ligt het zomernummer van Ons Seniorennieuws voor de maanden juni en juli. Pas eind juli verschijnt het volgende nummer. We maken u er op attent dat het ONS Magazine van KBO Brabant ook dan pas weer wordt bezorgd.

In het Seniorennieuws is wederom aandacht voor de perikelen rondom de energietoeslag. We hebben weer een recept van vroeger opgenomen. Misschien hebt u in deze zomerperiode tijd om het te maken.

In de maand juni organiseert de activiteitencommissie op 24 juni nog een gezellig uitstapje naar Raamsdonk. Informatie vindt u verderop in dit blad. Meld u tijdig aan!

Ook natuurlijk weer een **puzzel**, waarmee u een leuke attentie kunt winnen.

Kijk ook even naar de activiteiten van **Er op uit in Waspik** en de activiteiten van het **Geheugen Paviljoen Waspik**.

Tot slot hebben we de notulen van de algemene ledenvergadering van 22 april jl. in dit nummer opgenomen.

Kortom, veel om te lezen en te doen.

Voor wie nog op vakantie gaat, natuurlijk een gezellige en prettige vakantie. Een goede reis en weer veilig terug. We wensen u een fijne zomer toe.

Bestuur





Op 23 april jl. ging van ons heen de heer
Kees van Wijngaarden.

Moge Kees rusten in vrede.



In juni feliciteren we natuurlijk al onze jarigen.
Onze leden van 80 jaar en ouder vindt u hieronder:



Dhr. M. Verschure	01-06
Mw. A. van Gils-Damen	02-06
De heer A. van Haastert	02-06
Dhr. J.H. Hendriks	06-06
Mw. M.J.W. van Dongen-Kuijpers	07-06
Dhr. A.G.J. Vissers	15-06
Mw. C. Smits -Kuijsters	16-06
Mw. C. de Zeeuw-Heesters	20-06
Mw. F. Oerlemans-van Turnhout	24-06
Dhr. R.A. van Dongen	29-06
Mw. H. van Buren- Visser	30-06

Allemaal een heel gezellige dag toegewenst.



Lief & Leed

Ook in de maand juli vieren veel van onze leden hun verjaardag. We feliciteren u allen heel hartelijk en wensen u een mooie dag toe. Hieronder vermelden we onze leden van 80 jaar en ouder.

Dhr. F.J. Klijn	01-07
Mw. M.C. Vermeulen-van Leijssen	02-07
Dhr. J.P. van Beek	06-07
Dhr. J.H. Frensen	07-07
Dhr. M.M.J. Vissers	08-07
Mw. J.P.M. van Riel-Simons	10-07
Dhr. J.A. Verschure	11-07
Mw. N. van der Plas-van Strien	12-07
Mw. F.S. van de Pluijm-van de Velden	13-07
Mw. J. Dijkstra-van Laar	18-07
Dhr. C.A. van Hooren	22-07
Mw. A.C. Kamp-de Graauw	24-07
Dhr.C. Metzke	26-07
Mw. A.C.A. van Weesenbeek-Timmers	27-07
Mw. R.M. Wierdsma-Visser	29-07
Mw. A. van de Broek	31-07



Fietsmiddag vrijdag 24 Juni

Op vrijdag 24 juni gaan we fietsen naar Raamsdonk. We vertrekken om 13.30 uur bij Den Bolder en gaan op bezoek bij het **geitenbedrijf van Ad en Marlies Bink** aan de Luitenambachtstraat.

We gaan genieten van een rondleiding op hun bedrijf en krijgen allerlei informatie over het wel en wee van de melkgeiten en de vele schattige lammeren groot en klein.

We vertrekken van daar uit naar **de Kersenhof** van de familie Verschuren aan de Zijlweg voor koffie met kersengebak. Dit alles voor een bijdrage van € 5 per persoon. We hebben ook de mogelijkheid kersen te kopen om mee te nemen.

Als er mensen zijn die moeite hebben met fietsen dan kunnen er auto's rijden.

Heeft u zin in deze gezellige middag dan graag opgeven vóór 15 juni door middel van ingevuld strookje met gepaste bijdrage, bij Harrie van Zon Leeuwerik 45 in Waspik.



Naam:

Adres:

Telefoonnummer:

- ☐ Ik kom/ wij komen met de fiets/auto.
- ☐ Ik kan niet fietsen; ik wil graag mee rijden.
- ☐ Bij slecht weer kan ik/ kunnen wij met de auto rijden en personen meenemen.

RECEPT VAN VROEGER - EEN OUD ACHTERHOEKS RECEPT

Als we iets zoeken dat echt bij deze streek hoort, komen we gauw uit bij Karnemelksaus met schröfkes of spekjes. In andere delen van het land kennen ze wel pap van karnemelk, maar zoals hier de saus over de aardappels gedaan wordt is minder bekend. Karnemelk is een product dat overblijft bij het maken van boter.

Toen de boerenbedrijven in de eerste plaats gericht waren op zelfvoorziening, was het heel gebruikelijk dat er zelf boter werd gekarnd. Later ging de melk naar de Boterfabriek en kwam de melkrijder met de bussenwagen. Op de terugweg bracht hij naast de lege bussen ook boter, kaas, karnemelk en zelfs het melkgeld mee. Voor de karnemelk hadden ze een speciaal klein melkbusje van 10 liter, de gewone melkbussen waren 30 liter. Voor het maken van karnemelksaus moet je even de tijd nemen, het moet namelijk langzaam warm worden anders gaat het schiften. Als de saus klaar is moet er een klein scheutje vet bij van de uitgebakken spekjes. Het kan gecombineerd worden met sla, of slabonen, maar ook met rode bieten. Serveren met sla en gekookte aardappelen. Vroeger werd het veel gegeten met bruine bonen, tuinbonen, sperziebonen of andijvie. Het is gebruikelijk dat je op je bord begint met een laagje aardappels, daarover de groente dan de sausen als laatst de spekjes. Even alles door elkaar prakken en smullen maar!

Bron: Helma Tuenter-Jansen

KARNEMELK SAUS

Recept

Benodigdheden voor 2 personen:

- 0.25 liter karnemelk
- 250 gram gezouten zuurkoolspekjes
- 2 eetlepels bloem
- scheutje koud water
- scheutje koffiemelk of room
- snufje zout
- versgemalen peper

De beste karnemelksaus is zonder uien

1. Bak de spekjes mooi bruin, maar niet te hard.
2. Giet de karnemelk in een steelpannetje, maak in een schaaltje van de bloem en het water een papje en giet dit erbij. Roer flink.
3. Zet het pannetje op hoog vuur en breng het geheel al roerend aan de kook. Zet het vuur direct lager zodra het begint te koken en zorg dat het zo'n 6 minuten heel zachtjes doorkookt. Blijf constant roeren om aanbranden en klontjes te voorkomen!
4. Zet na 6 minuten het fornuis uit en voeg een snufje zout, wat versgemalen peper, een scheutje koffiemelk of room en de spekjes toe.



SMAKELIJK ETEN !!

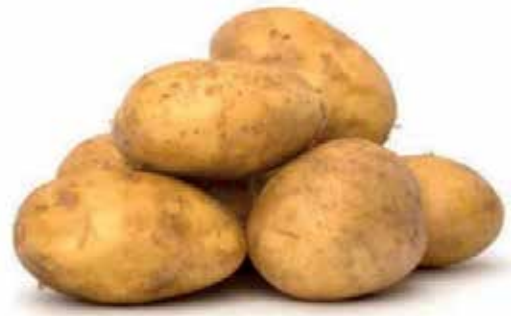
Overgenomen uit Nieuwsbrief maart 2022 PCOB Waalwijk

WAT IS BETER, AARDAPPELS KOKEN IN KOUD OF KOKEND WATER?

Het staat bij menigeen regelmatig op het menu: aardappels. Zeker in de wintermaanden, wanneer het volop tijd is voor stamppotten. Maar hoe kookt u de aardappels nou het beste, in koud of kokend water?

Is de aardappel een dikmaker?

De aardappel kampt met een wat lastig imago. Ze worden nog weleens weggezet als dikmakers. Maar een aardappel op zich is geen dikmaker, hoe u hem eet, met bijvoorbeeld jus of gebakken, is bepalender of het een gezonde toevoeging is aan uw maaltijd. De pieper zit namelijk ook vol vitamine C en B6 en bevat onder andere kalium, calcium en fosfor. De hoeveelheid vitamine en mineralen verschilt per soort.



Met of zonder schil

Wie het maximale aan vitamine en mineralen uit de aardappel wil halen, eet ze met schil. Niet alle soorten lenen zich hiervoor, maar de Opperdoes en Roseval kunt u goed met schil eten. Houd per persoon ongeveer 200 gram aan. Een bloemige of kruimige aardappel is zeer geschikt voor puree en stamppotten, de vastkokende blijft mooi van vorm en kunt u ook goed bakken. Schilt u de aardappelen, spoel ze dan goed af voor u ze in een laagje water zet. Zo spoelt u het overtollige zetmeel weg. Een bloemige of kruimige aardappel heeft niet zoveel water nodig, die stoomt gaar. Een vastkokende mag wel in ruim kokend water.

Koken in koud of kokend water? Steeds meer huishoudens beschikken over een kraan met kokend water-functie. Handig voor bijvoorbeeld het koken van pasta. De pasta gaat immers pas in de pan als het water kookt. Maar hoe zit dat met aardappels? Is het beter om ze in koud of kokend water op te zetten? Koud water is beter, aldus Paul Zonnenberg, eigenaar van restaurant Jacketz tegen AD. "Als je aardappelen meteen in kokend water legt heb je de kans dat de buitenkant te snel gaar wordt, terwijl de kern nog niet mee opgewarmd is. Met koud water voorkom je dus dat ze oneven gaar worden." Snijd de aardappels in gelijke stukken en kook ze in 15 tot 20 minuten gaar, afhankelijk van de grootte. Prik er af en toe in om te kijken of ze gaar zijn.

Bron: AD, dejuistekooktijd.nl

Overgenomen van PCOB Sprang-Capelle april 2022

14 tips wat je kunt doen met baking soda

In de keuken, badkamer en tuin

Baking soda of baksoda wordt regelmatig als rijsmiddel in bakrecepten gebruikt, maar je kunt er nog veel meer mee doen. Sommigen noemen het zelfs een wondermiddel. Dit zijn veertien verschillende manieren waarop je baking soda kunt gebruiken.

1. Als deodorant

Baking soda werkt goed tegen vieze luchtjes, waaronder zweetlucht. Je kunt de baking soda gemakkelijk met een poederkwast of sponsje onder de armen aanbrengen, maar er zijn ook verschillende recepten voor een zelfgemaakte, smeerbare deo met kokosolie en etherische olie op het internet te vinden.

2. Douchegordijn schoonmaken

Niet alleen in de keuken, maar ook in de badkamer is baking soda goed te gebruiken. Wanneer je douchegordijn beschimmeld is, kun je deze met baking soda wassen. Doe het douchegordijn dan met twee badlakens in de wasmachine op het programma voor een fijne was. Gebruik een half kopje baking soda als wasmiddel en een half kopje azijn als wasverzachter.

3. Als wasverzachter

Waar je voor het douchegordijn azijn als wasverzachter gebruikt, kun je voor de gewone was heel goed baking soda gebruiken. Je witte was wordt hier nog witter van. Meng een half kopje baking soda met vloeibaar wasmiddel voor optimaal resultaat.

4. Oven schoonmaken

Als je oven wel een schoonmaakbeurt kan gebruiken, kun je het gemakkelijk schoonmaken met baking soda. Strooi hiervoor wat van het poeder over de bodem van de oven, spuit er wat water op met een plantenspuit en laat dit een nachtje intrekken. De volgende dag kun je het gemakkelijk schoonboenen met een sponsje.

5. Frisse kattenbak

Ook tegen de vieze geurtjes van de kattenbak werkt baking soda erg goed. Strooi hiervoor wat baking soda over de bodem van de kattenbak.

6. Met bonen of peulvruchten meekoken

Door een theelepel baking soda mee te koken met je bonen of peulvruchten, maak je ze beter verteerbaar. Bij kikkererwten gaat het vliesje zo ook beter van de kikkererwt af. Je kunt het ook toevoegen tijdens het weken. Dat scheelt vervolgens ook nog eens de helft van de kooktijd.

7. Verse bloemen

Om verse snijbloemen langer vers te houden, kun je wat baking soda toevoegen aan het water in de vaas. Een theelepel baksoda is genoeg voor één bos bloemen.

8. Insectenbeten

Oei, gestoken door een insect? Meng dan een klein beetje water met wat baking soda tot er een pasta ontstaat. Dit kun je op de geïrriteerde huid smeren. Bij een bijensteek kun je de angel vervolgens heel makkelijk verwijderen. Ook zou het de pijn van de steek wat kunnen verminderen.

vervolg

14 x wat je kunt doen met baking soda

9. Tegen bloedvlekken Opgedroogd bloed verwijder je heel makkelijk met wat baking soda. Laat de stof een paar uur weken in koud water met een flinke theelepel van het poeder. Het is hier heel belangrijk om geen heet water te gebruiken. Na het weken, kun je het wassen. De bloedvlek zou dan zo goed als weg moeten zijn.

10. Als mondspoelmiddel Ja, baksoda werkt ook voor een frisse adem. Meng een glas water met een beetje baking soda en gorgel er vervolgens een halve tot een hele minuut mee.

11. Tegen een zere keel We beginnen langzaam te snappen waarom dit product als wondermiddel wordt bestempeld. Ook tegen een zere keel werkt baking soda goed. Hiervoor kun je gorgelen met de baksoda, net zoals je bij het mondspoelmiddel zou doen.

12. Als gezichtscrub Voor een gezichtscrub meng je drie delen baking soda met één deel water. Masseer dit in op je gezicht en reinig het vervolgens met water.

13. Als strooizout op de weg In plaats van zout, kun je in de winter ook heel makkelijk baking soda over de gladde weg strooien.

14. Tegen onkruid Heb je last van onkruid tussen de tegels, dan kun je daar baking soda overheen strooien. Het onkruid zou hierdoor een stuk minder moeten worden, of zelfs verdwijnen.

Bron: PlusOnline

PCOB Sprang-Capelle



Het was weer eens wat anders, de puzzel in Ons Seniorennieuws van mei 2022. Een Sudoku is immers altijd moeilijker om op te lossen dan b.v. een woordzoeker of een kruiswoordpuzzel.

De oplossing van de Sudoku is 16327

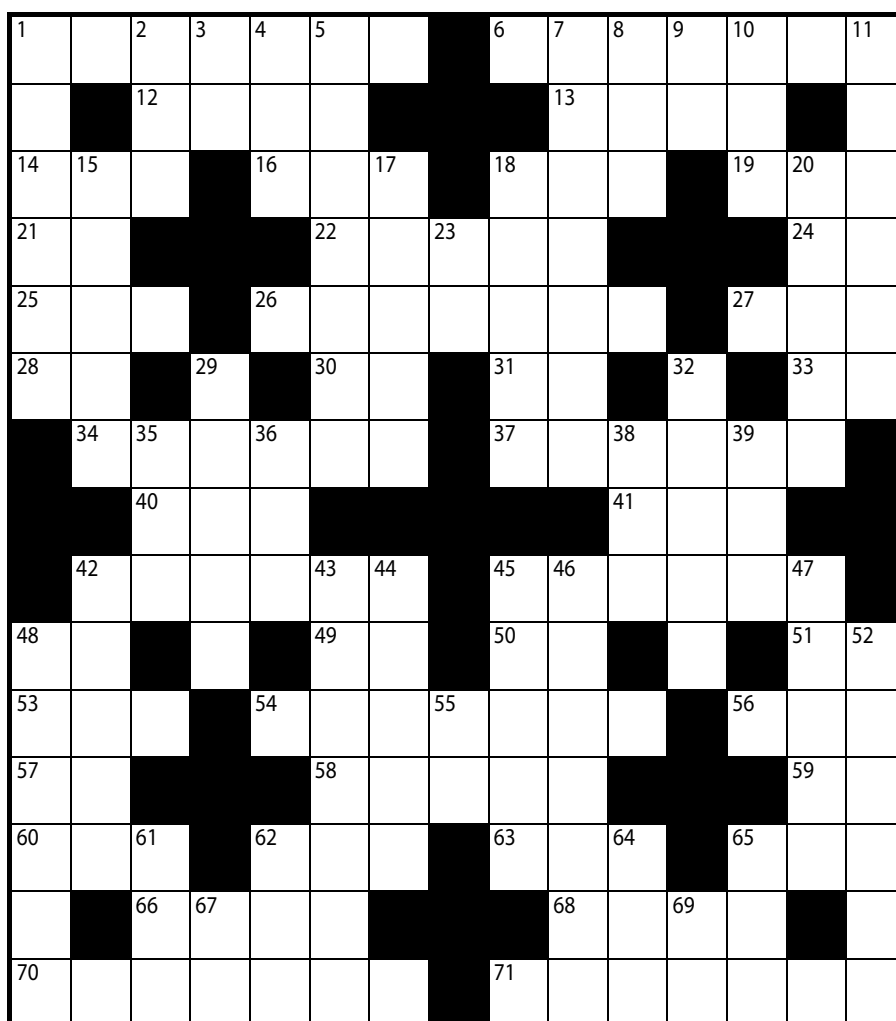


De winnaar van de puzzel is dit keer mevrouw Joke de Glas. We feliciteren haar met haar prijs. Zij was super blij met de cadeaubon van Slagerij Snels.

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

Horizontaal: 1 eenstemmig 6 geneesmiddel 12 vergrootglas 13 fijn weefsel 14 wenk 16 geneesmiddel 18 sterrenbeeld 19 heks 21 voorzetsel 22 eetgerei 24 achter 25 nauw 26 sigaar 27 naaldboom 28 mijns inziens 30 onze inziens 31 landbouwwerktuig 33 en dergelijke 34 autostalling 37 deel v.e. breuk 40 pret 41 nageslacht 42 verborgen 45 arts 48 familielid 49 onderofficier 50 bijwoord 51 getijde 53 ratelpopulier 54 werklust 56 pl. in Gelderland 57 de lezer heil 58 nauwe straat 59 eerste kwartier 60 vrouwelijk dier 62 vrucht 63 muurholte 65 woonschip 66 pl. in Limburg 68 draaikolk 70 verdoving 71 Afrikaan.

Verticaal: 1 uiterst 2 hoge berg 3 numero 4 olm 5 narede 7 uitstalkast 8 korte tijd 9 oude lengtemaat 10 scheepsvloer 11 door water omgeven land 15 intiem 17 plant 18 soort appel 20 schande 23 paardenkracht 29 fier 32 selecte groep 35 op de wijze van 36 Engels bier 38 haarkrul 39 roem 42 werpstrik 43 larie 44 test 45 wapen 46 herkomst 47 scheepsuistruster 48 vrucht 52 slaginstrument 55 zangnoot 61 Europeaan 62 vogel 64 vreemde munt 65 papegaai 67 personal computer 69 vogelproduct



42	7	63	14	56	26	60	32	71	5	29
----	---	----	----	----	----	----	----	----	---	----

Stuur uw oplossing vóór 18 juli naar Harrie van Zon, Leeuwerik 45, 5165 KW Waspik.

E-mailadres: harrie.vanzon@ziggo.nl

Energie besparen?

Met gewoontes doorbreken bespaart u nog het meest. De energierekening is iedere maand een flinke kostenpost. Door uw eigen gedrag te veranderen kunt u uw energieverbruik verlagen. Dit kost niets en u bespaart er honderden euro's per jaar mee. Veel dingen die u doet op een dag, doet u uit gewoonte. De verwarming op 20 graden als u 's morgens opstaat, warm water gebruiken om kopjes om te spoelen en uitgebreid douchen bijvoorbeeld. Sommige gewoontes kunt u makkelijk aanpassen zonder dat u veel comfort hoeft in te leveren. Maar u bespaart er wel veel energie mee.

Dit is wat u kunt doen:

Warmte in de kamer houden Door de tussendeuren dicht te houden en alleen de ruimtes te verwarmen waar u veel bent, kunt u gemiddeld zo'n 200 euro per jaar besparen.

Nachttemperatuur Zet de thermostaat 's nachts op 15 graden. De temperatuur kan ongeveer een uur voordat u naar bed gaat al naar beneden, omdat de radiatoren nog een tijdje warmte blijven afgeven. Heeft u vloerverwarming, dan moet de temperatuur 's nachts rond de 17 of 18 graden blijven.

Graadje omlaag Kijk eens of de temperatuur overdag iets omlaag kan. Begin met een halve graad en kijk bij welke temperatuur u zich nog comfortabel voelt. Misschien heeft u een vast dagritme en kunt u de temperatuur daarop afstemmen. Zo is 18 graden misschien warm genoeg als u 's morgens het huishouden doet en hoeft de thermostaat pas omhoog als u 's middags een boek leest.

Verwarm uzelf

Het hele huis verwarmen is niet altijd nodig. Het helpt vaak al goed om een trui of vest aan te trekken, waarmee u zichzelf verwarmt in plaats van de ruimte. Zorg ook voor warme sokken of pantoffels en leg een deken over uw benen. Heeft u maar kort extra warmte nodig, dan kunt u een elektrische deken of een kruik gebruiken. Wilt u bijvoorbeeld lezen in bed voordat u gaat slapen, dan is het voordeliger om een kwartiertje een elektrische deken aan te zetten dan om de hele slaapkamer te verwarmen.

Kou went

Toen er nog geen centrale verwarming was, werd vaak alleen de woonkamer verwarmd met een kachel of haard. In de andere ruimtes kon het flink koud worden. Comfort went snel, maar een beetje kou ook. Misschien kan de verwarming uit in ruimtes waar u maar kort bent, zoals de badkamer, het toilet en de hal.

Minder douchen

Het kost veel gas of elektriciteit om het water voor de douche te verwarmen. Als u korter doucht bespaart u dus veel energie. Nederlanders staan gemiddeld negen minuten onder de douche, terwijl vijf minuten ruim voldoende is. Gebruik een kookwekker of een speciale douchetimer. Doucht u elke dag? Minder vaak douchen en in plaats daarvan uzelf wassen aan de wastafel, zorgt ook voor een lagere energierekening.

Minder in bad

Een badkuip vullen kost drie keer zoveel water en energie als vijf minuten douchen.

lees verder op volgende pagina >>>



Afwas opsparen

Steeds een klein beetje warm water gebruiken, kost veel energie. Was dus niet elk kopje of bordje apart af met heet water, maar spaar alles op en was één keer per dag af. Heeft u een afwasmachine? Zet die pas aan als hij helemaal vol zit.

Koud water

Wen uzelf aan om minder warm water te gebruiken. U kunt de koffiepot ook met koud water omspoelen.

Wassen Bij het wassen van kleding gaat de meeste energie verloren met het verwarmen van water. Was daarom zo koud mogelijk. Wassen op 30 graden is meer dan drie keer zo goedkoop als wassen op 60 graden. Moderne wasmiddelen zijn zo effectief dat ze de was bij lagere temperaturen toch schoon krijgen. Let wel op, er is ook wasgoed dat u op 60 graden moet blijven wassen. Denk aan vaatdoekjes, die meestal vol bacteriën zitten. Heeft uw wasmachine een ecostand, gebruik deze dan zoveel mogelijk. Hiermee wast u 40 procent zuiniger dan met het gewone programma.

Drogen

Een wasdroger verbruikt veel stroom, terwijl drogen aan het wasrek gratis is. Bij goed weer kunt u de was buiten hangen. Binnen drogen kan ook, maar doe dat dan wel op een plek waar u goed kunt ventileren.

Cv-temperatuur

De temperatuur van het water in de cv-installatie staat vaak standaard afgesteld op 80 graden. Meestal is dat helemaal niet nodig om het lekker warm te hebben in huis. Bij veel cv-ketels kunt u zelf de temperatuur van het water instellen dat door de radiatoren stroomt. Probeer eens of u verschil merkt als u de temperatuur op 70 graden zet, of op 60 of 50 graden. In goed geïsoleerde huizen kan een cv-temperatuur van 35 graden al genoeg zijn.

Meer energiebesparende maatregelen

Wilt u meer doen om energie te besparen? Misschien kunt u uw stroomverbruik verlagen door de apparaten in huis slimmer te gebruiken of te vervangen door energiezuinige apparaten. U kunt ook uw energieverbruik verminderen door te isoleren of door zelf elektriciteit op te wekken met zonnepanelen. Woont u in een huurhuis, dan bent u hiervoor afhankelijk van de verhuurder.

Tip

Veel energiebedrijven hebben een website of een app die inzicht geeft in uw verbruik. Vaak kunt u per dag zien hoeveel stroom of gas u verbruikt. Het stimuleert u om nog meer te besparen.



Persbericht 3 mei 2022

Gepensioneerden met laag inkomen dreigen eenmalige energietoeslag van 800 euro mis te lopen KBO-Brabant, zelfstandige belangenvereniging van 120.000 senioren, voorziet problemen in de uitvoering van de eenmalige energietoeslag van 800 euro door gemeenten. Bij sommige gemeenten kan de toeslag uitsluitend via DigiD worden aangevraagd. Gemeenten hanteren verschillende inkomensgrenzen en gaan wisselend met grensgevallen om. Gemeenten verzuimen adequate voorlichting te geven over een speciale aftrekpost voor de berekening van het inkomen van gepensioneerden. Plus het ontbreekt aan zekerheid of gemeenten deze aftrekpost accepteren. Deze willekeur kan voor tienduizenden mensen het verschil zijn tussen wel of geen aanspraak op de eenmalige energietoeslag!

De gemeentelijke loketten voor de aanvraag van de energietoeslag van 800 euro gaan komende weken open. Huishoudens met een minimum inkomen die het bedrag niet automatisch uitgekeerd hebben gekregen, kunnen dan zelf een aanvraag doen. In enkele gemeenten is het loket al geopend en wordt gebruik van DigiD vereist. In andere gemeenten is DigiD geen vereiste. Zoals bekend is het juist de kwetsbaarste groep ouderen die niet beschikt over DigiD en staan privacy- en veiligheidsoverwegingen hulp bij de aanvraag en het gebruik van DigiD in de weg.

Het is KBO-Brabant, zelfstandige belangenvereniging van 120.000 senioren, bovendien opgevallen dat niet alle gemeenten dezelfde inkomensgrenzen communiceren. In de gemeente Oosterhout, waar het loket pas op 1 juni opengaat, wordt een grens van 125% van het sociaal minimum vermeld. Bij andere gemeenten zien we tot op heden een grens van 120% van het sociaal minimum. Voor grensgevallen is er soms sprake van een coulanceregeling, soms een afbouw en soms is er helemaal niets geregeld. KBO-Brabant heeft in dit verband eerder zorg geuit over het risico van willekeur.

Deze zorg blijkt niet alleen bewaarheid te worden, maar is mogelijk nog veel groter. In de 'Handreiking eenmalige energietoeslag' die in opdracht van het ministerie van SZW is opgesteld, staat onder het kopje 'Inkomensgrenzen' een belangrijk puntje dat van groot belang is voor duizenden gepensioneerden met een inkomen nét boven de gehanteerde inkomensgrens. In de genoemde handreiking voor gemeenten wordt namelijk gesteld dat aanvragers met een pensioenuitkering 21,50 euro per maand mogen aftrekken van hun inkomen, voor echtparen gaat het om een af te trekken bedrag van 43 euro per maand. Dat is dus 258 euro per jaar voor alleenstaanden en 516 euro per jaar voor echtparen.

Gemeenten mogen volgens de handreiking aan gepensioneerden toestaan om een klein bedrag aan pensioen van hun inkomen af te trekken voor de aanvraag. Als er daardoor meer aanvragen binnenkomen en er ook meer aanvragen moeten worden gehonoreerd, dan kunnen gemeenten dat geld terugkrijgen van het Rijk. Er is dus voor gemeenten geen enkele reden, ook geen financiële, om deze aftrekpost niet aan te bieden en goed te communiceren naar de doelgroep gepensioneerden. Toch zien wij dat nergens gebeuren. Aldus wordt gepensioneerden met een laag inkomen recht op een belangrijke toeslag ontnomen. Dat kan toch nooit de bedoeling zijn? De gevolgen van een onterechte



Vervolg

Persbericht 3 mei 2022

afwijzing zijn immers niet alleen groot voor de gepensioneerden in kwestie, maar zeker ook voor de afwijzende overheid. Op grond van de Handreiking en artikel 33 van de Participatiewet verwachten wij in dat geval namelijk duizenden bezwaren.

KBO-Brabant wil dat de in de 'Handreiking eenmalige energietoeslag' opgenomen 'aftrekpost' voor minimale pensioeninkomens uniform door gemeenten wordt toegepast én actief gecommuniceerd naar de doelgroep gepensioneerden. Ook wil KBO-Brabant dat alle gemeenten de aanvraag van de energietoeslag ook op andere wijze dan via DigiD toestaan, zodat de vele vrijwilligers van KBO-Brabant en andere belangenorganisaties mensen die daar recht op hebben kunnen helpen.

Voor meer informatie over het aanvragen van de energietoeslag kunt u contact opnemen met mevrouw Cissy de Bruyn tel. 313078.



'Geheugen Paviljoen Waspik'

Activiteiten Geheugen Paviljoen Waspik periode mei/juli 2022 voor mensen met geheugenproblemen/vergeetachtigheid en hun mantelzorgers. U bent van harte welkom iedere maandag tussen 14.00-16.00 uur bij Den Bolder, Schoolstraat 19, 5165 TR Waspik.
Telefoon Den Bolder: 0416-311346

Tijdens de gezellige middagen kunt u (een indicatie is niet nodig) terecht voor een praatje, kopje koffie, spelletje, wandeling, voor informatie over geheugenproblemen en om andere mensen te ontmoeten. Deelname aan een beweegactiviteit is mogelijk.

Veel is mogelijk, niets is verplicht!

Tijdens de voor iedereen vrij toegankelijke middagen zijn koffie en thee voor eigen rekening. Nu na enkele middagen is gebleken dat er belangstelling is voor deze nieuwe activiteit in Waspik is besloten om hiermee verder te gaan.

Wanneer: Maandagmiddagen 23 en 30 mei - 13, 20 en 27 juni – 4, 11 en 18 juli (6 juni niet i.v.m. 2e pinksterdag). Na de zomerstop in Den Bolder van 25/7 t/m 29/8 starten wij weer.

Programma: Gestart wordt met kopje koffie/thee en gezellig sociaal contact met elkaar. Er is daarna ruimte voor een activiteit. Afgesloten wordt er wekelijks met een beweegactiviteit. Activiteiten worden in overleg met de deelnemers samengesteld zoals aandacht voor de mogelijkheid van gebruik van de duofiets, mogelijkheid voor biljarten, kaarten, rummicub, jokers e.d., gebruik geheugenkoffer, bezoek aan verzorgingshuis de Stroming.

**Informatie bij: dementieconsulenten, 0416-683456,
dementieconsulent@waalwijk.nl**

Op de maandagmiddag kunnen uw vragen door een aanwezige dementieconsulent worden beantwoord.



DEN BOLDER
SOCIAAL CULTUREEL CENTRUM

Schoolstraat 19, 5165 TR Waspik | Telefoon 0416 - 31 13 46
info@denbolder.nl | www.denbolder.nl





Erop Uit In Waspik

Zomeractiviteiten 2022

ALGEMENE INFORMATIE

Het gehele programma vindt u op de volgende pagina.

Graag opgeven voor 1 juli 2022 bij onderstaande personen

Bijna alle activiteiten zijn gratis, er wordt een vrijwillige bijdrage
voor de koffie gevraagd

De afsluitende activiteit op vrijdag 2 sept. begint om 11.30u,
incl. lunch. Bijdrage € 5,00

**Opgeven kan telefonisch bij
Willemien Smits 06-8190 5093 of bij
Cissy de Bruyn 06-2063 2983**

Vervoer; Indien nodig reserveren bij Vervoer en
Boodschappendienst Waspik (VBW) 06 18225614
Voor meer informatie kunt u mailen of bellen naar:

pscwaspik@gmail.com

06-18435995

Erop Uit In Waspik

Zomeractiviteiten 2022

Woensdag	Locatie	Activiteit	Tijd
27 juli	De Bonte Kraai Raamsdonk	Voor het echte vakantiegevoel	14.00-16.00 u
3 aug	De Molen Benedenkerkstraat	Wim Kools vertelt	14.00-16.00 u
10 aug	De Schakel	Bingo	14.00-16.00 u
17 aug	Dorpsboerderij	Dierenmiddag	14.00-16.00 u
24 aug	SCC Den Bolder	Raad- en Voelspel	14.00-16.00 u
31 aug	SCC Den Bolder	Schilderen	14.00-16.00 u

Vrijdag	Locatie	Activiteit	Tijd
29 juli	De Langen Dam	Plukmiddag	14.00-16.00 u
5 aug	Boerderij Hooijmaijers	Bezoek de koeien	14.00-16.00 u
12 aug	SCC Den Bolder	Beweegmiddag	14.00-16.00 u
19 aug	De Hooght	Creatief met hout	14.00-16.00 u
26 aug	Bartholomeuskerk	Rondleiding	14.00-16.00 u
2 sept	De Schakel	De verhalenverteller +lunch	11.30-15.00 u

Notulen Algemene Ledenvergadering van de Senioren Vereniging Waspik d.d. 22 april 2022, gehouden in Den Bolder in Waspik.

Aanwezig: Dhr. B. de Graauw voorzitter, Dhr. K. Koster, Mevr. W. Hooijmaijers, Mevr. Fr. Hooijmaijers, Mevr. Ineke Ruijgt.

Afwezig mkg: Dhr. H. van Zon, Mevr. C. de Bruijn, Mevr. A. Woltering, dhr. W. Dubois, Dhr. en Mevr. Pelders, Dhr. en Mevr. van Riel, Dhr. en Mevr. Smits, Mevr. Adriënne Gennesen, Dhr. Johan Gennesen, Mevr. Yvette Lanson, Dhr. en Mevr. Veenman, Dhr. en Mevr. Van den Bos.

Totaal aanwezig een 37-tal leden.

1.- Opening door de voorzitter.

De voorzitter, de heer Bert de Graauw opent de vergadering.

Goedemiddag allemaal,

We hebben een bericht van verhindering ontvangen van dhr. Harrie van Zon, zijn gezondheid laat het niet toe en van mevr. Cissy de Bruijn die verhinderd is. De namen van de overige leden die zich hebben afgemeld vindt u straks terug in de notulen van deze vergadering.

Het is nog maar een halfjaartje geleden dat we, door coronamaatregelen gedwongen, onze vorige ALV 2021 hadden op 8 oktober jl. Alhoewel die ALV over 2020 ging, zijn toen ook al een aantal actuele zaken over 2021 meegenomen. Na 8 oktober is er niet zo heel veel meer gebeurd. Corona maatregelen werden dan weer versoepeld en dan weer aangehaald. Zo ging onze kerstviering van 2021 op het laatste nippertje niet door. Omdat, dat al het 2e jaar was, dat we de kerstviering moesten afgelasten, hebben wij vrijdag 9 april een lentebrunch georganiseerd. Moeten wij bij een kerstviering vaak mensen teleurstellen, voor onze lentebrunch was helaas veel minder belangstelling. Slechts ruim 30 leden hebben kunnen genieten van een voortreffelijke maaltijd en een hele gezellige middag met Triple X, een leuke band die zowat alle muziek kon spelen die bij ons leeftijdsgenoten past. Jammer van die geringe opkomst.

Voor vanmiddag hebben wij een redelijk gevuld programma. Zie de agenda op het grote scherm voor je. Bij Ons Senioren Nieuws van april zat een zeer uitgebreide bijlage over deze Algemene Leden Vergadering, geheel verzorgd door Franca Hooijmaijers. Franca ontzettend bedankt daarvoor. Ik hoop dat jullie die bijlage, ondanks dat het heel veel werk was, toch hebben kunnen doornemen, zodat we een aantal agendapunten snel kunnen afwikkelen.

Een strakke tijdsplanning leert ons dat we tot ongeveer 14.38 uur bezig zijn met het officiële gedeelte. Ik hoop het gelukkig niet allemaal helemaal alleen te doen, Franca Hooijmaijers neemt het beleidsplan voor haar rekening en onze scheidende penningmeester Kees Koster zal naast het financiële verslag ook de aanpassing van onze statuten als gevolg van de WBTR, Wet Bestuur en Toezicht Rechtspersonen (daar valt ook een vereniging onder) voor zijn rekening nemen. Onlangs kregen we ook nog te maken met UBO, Ultimate Beneficial Owners, oftewel belanghebbenden of eigenaren die zeggenschap hebben binnen een organisatie. Ook bestuursleden van Senioren Vereniging Waspik moeten daarvoor extra worden vermeld in het register van de Kamer van Koophandel. Dit om het allemaal wat makkelijker te maken.

Omdat onze secretaris wegens gezondheidsredenen niet aanwezig kan zijn neemt Franca ook de agendapunten: 2. Mededelingen; 3. Notulen ALV 8 oktober 2021, en 4. Het jaarverslag 2021 voor haar rekening. Dank daarvoor Franca.

Het jaarverslag van de activiteitencommissie zal door Will Hooijmaijers worden toegelicht.

Daarna volgt het afscheid van 2 zeer gewaardeerde bestuursleden, achtereenvolgens dhr. Kees Koster en mevr. Ineke Ruijgt.

>>>

Wij barstten vorig jaar van de beste voornemens wat uit te voeren activiteiten betrof. Maar helaas door vooral de beruchte corona maatregelen, maar ook door het gebrek aan de nodige vrijwilligers, met name bestuursleden, hebben we enkel ons beleidsplan en het aanpassen van de statuten kunnen afronden. Van de werving van broodnodige nieuwe leden is helaas niets terechtgekomen.

Een afgeleide van ons beleidsplan vormt ons jaarplan, datgene wat wij het lopende jaar zouden willen en kunnen realiseren. Dat blijft voor 2022 slechts beperkt tot het werven van nieuwe bestuursleden.

In de uitgave van "Ons Senioren Nieuws" van april jl. hebt u kunnen lezen dat het voortbestaan van onze vereniging in gevaar dreigt te komen. Met een beetje pech houden we navolgend jaar nog slechts 3 bestuursleden over. Belangrijke functies als die van penningmeester, Kees neemt na herhaaldelijk verzoek daartoe, vandaag dan toch eindelijk afscheid en onze secretaris Harrie van Zon gaat waarschijnlijk volgend jaar verhuizen naar Kaatsheuvel. Wij streven niet meer naar een bestuur van 9 leden maar kunnen volstaan met 7 leden. Maar die hebben wij dan ook heel hard nodig. Een oproep aan u allen:

"Laat deze mooie vereniging van nu nog een kleine 450 leden niet vallen. Meld je spontaan als bestuurslid of anderszins als vrijwilliger" Op vele plaatsen kunnen we nieuwe mensen gebruiken. Lukt het vanmiddag niet om ons bestuur weer op volle sterkte te krijgen dan zou ik jullie willen vragen een goed ambassadeur te willen zijn voor onze vereniging. Ga op zoek naar nieuwe leden en zoek vooral mee naar nieuwe bestuursleden, in het bijzonder naar een penningmeester en een nieuwe secretaris of andere inzetbare vrijwilligers. Zegt het voort. Heel blij zijn we met de kandidaatstelling als bestuurslid van Elly Span. Onder agendapunt 13 zal zij bij acclamatie hopelijk worden gekozen.

Per 1 januari 2022 telde onze vereniging nog 449 leden. In 2021 kregen we er gelukkig 19 nieuwe leden bij, maar van 34 leden hebben wij afscheid moeten nemen. Door opzeggingen 10 leden, door verhuizingen naar elders 4 leden en door overlijden 20 leden. Dat de overledenen moge rusten in vrede en dat de nabestaanden de kracht krijgen dit verlies te verwerken en hun leven weer positief kunnen oppakken.

Wij hopen dat corona dit jaar onze plannen niet al te veel meer zal dwarsbomen en dat wij vooral onze ontspannende en informatieve activiteiten weer geheel kunne uitvoeren.

Momenteel draaien de kaartmiddagen weer, Jeu de Boules balt weer, Zang en vriendschap zingt weer het hoogste lied en ons jaarlijkse busreisje, dit jaar naar de Noordoost Polder gaat door op vrijdag na hemelvaart. Helaas tot nu toe maar 20 aanmeldingen en de bus van 50 personen moet wel vol zijn alvorens te kunnen vertrekken.

Vermeldenswaard is ook dat op 4 mei Zang en Vriendschap optreedt tijdens de nationale dodenherdenking in de Hervormde Kerk. Aanvang 19.00 uur. Overigens, onze Zangvereniging zit te springen om nieuwe leden.

En dan nu met gezwinde spoed over naar onze agenda. Zoals al gezegd zal door afwezigheid van onze secretaris, Franca Hooijmaijers, de taken wat deze vergadering betreft van Harrie van Zon, overnemen.

2.- Mededelingen.

Onze voorzitter heeft inmiddels alle mededelingen in zijn openingswoord meegenomen. Voor dit moment zijn er geen andere aanvullende mededelingen.

3.- Notulen Algemene Ledenvergadering d.d. 8 oktober 2021.

Naar aanleiding van de notulen zijn geen verdere op- of aanmerkingen. Het verslag wordt goedgekeurd en ondertekend.

4.- Jaarverslag van Seniorenvereniging Waspik 2021.

Het jaarverslag 2021 wordt in de derde alinea aangevuld met de volgende informatie:

Onze belastinginvullers hebben ongeveer 100 aangiften ingevuld voor leden en niet-leden.

Tevens hebben zich het afgelopen jaar 5 nieuwe WMO-gevallen gemeld.

Het jaarverslag wordt zonder verdere opmerkingen goedgekeurd.

>>>>

5.- Jaarverslag 2021 Activiteitencommissie.

Het woord is aan mevr. Will Hooijmaijers. Ze geeft een korte toelichting op het verslag. Ondanks de corona-periode zijn we er toch in geslaagd om enkele activiteiten te organiseren. De leden stelden het ontvangen van een lentetasje zeer op prijs.

Gelukkig kon onze jaarlijkse busreis toch nog doorgaan, zij het dan op een veel later tijdstip dan we gewoon zijn.

Het was wel jammer dat de activiteit "Doe mee in Waspik" letterlijk in het water is gevallen. De wandeling ging niet door vanwege de regen. Als alternatief werden alle deelnemers getrakteerd op koffie met worstenbrood.

De kerstactie "Kerst op de taart" was ook voor onze leden een verrassing.

Tot slot ontvingen al onze leden een kerstwens.

Afgelopen maart organiseerden we een informatiemiddag over Seniorweb. Het was jammer dat dit eigenlijk een beetje verkeerd was over gekomen, omdat mensen dachten dat hun problemen met telefoon c.q. tablet ter plekke konden worden opgelost. Het was echter enkel en alleen een informatieve middag over de werkzaamheden van Seniorweb.

In het komende nummer van Ons Seniorennieuws staat nog wat praktische informatie met telefoonnummers en adressen waar mensen terecht kunnen.

Wat betreft de viering van het 50-jarig bestaan van onze vereniging in 2023 zijn we nog op zoek naar enkele leden die plaats willen nemen in de feestcommissie. Als eerste heeft zich de heer Jan Zwaans aangemeld.

6.- Financieel verslag over 2021.

Dhr. Kees Koster geeft een korte toelichting op het financiële verslag van 2021. Er zijn verder geen vragen of opmerkingen over. Derhalve wordt het ongewijzigd goedgekeurd.

7.- Verslag door de financiële controlecommissie.

De dames Gerda Quist en Elly Span hebben onlangs de kascontrole gedaan. Aan de penningmeester wordt decharge verleend voor het gevoerde financiële beleid.

8.- Benoeming financiële controlecommissie.

Mw. Gerda Quist heeft twee jaar achtereen in de controlecommissie gezeten. Mw. Elly Span heeft zich kandidaat gesteld voor het bestuur. Derhalve dienen er twee nieuwe leden voor de financiële controlecommissie te worden benoemd. Voor het volgende jaar melden zich de heren Piet van Dongen en Simon Quist. Hartelijk dank voor het op zich nemen van deze taak.

9.- Begroting 2023.

Dhr. Kees Koster geeft ook hier een korte toelichting. Er zijn geen verdere vragen. De begroting wordt ongewijzigd goedgekeurd. Dank aan onze penningmeester.

10.- Vaststellen contributie 2023.

De contributie voor 2023 blijft gehandhaafd op € 30,-- per persoon. Leden die toestemming hebben gegeven voor een automatische incasso krijgen € 1,50 korting.

Mw. Ineke Ruijgt vraagt zich af of er voor mensen, die de contributie niet kunnen betalen, er een regeling kan worden getroffen. Het bestuur kan voor de betreffende mensen zeker iets regelen. Men zou dan zelf contact moeten opnemen met een van onze cliëntenondersteuners.

Een ander voorstel is om voor echtparen bijvoorbeeld de contributie voor één persoon op € 30,00 te handhaven en voor de partner de helft van dat bedrag in rekening te brengen.

Het bestuur zegt toe een en ander te gaan bekijken.

>>>>

11.- Beleidsplan.

Aan de hand van een Power Point Presentatie geeft mw. Franca Hooijmaijers een toelichting op de belangrijkste punten uit het beleidsplan.

Als kernactiviteit voor het jaar 2022 houdt het bestuur zich thans al bezig met het onderwerp Wonen. Het streven is er voor te zorgen dat senioren zo lang mogelijk zelfstandig thuis kunnen blijven wonen. Echter daar moeten dan wel de nodige voorzieningen voor komen, ook hier in de kern Waspik.

Men heeft verder geen vragen over het beleidsplan; derhalve wordt het beleidsplan (meerjarenplan) goedgekeurd.

12.- Aanpassing statuten in het kader van WTBR.

De afkorting WTBR staat voor Wet Bestuur en Toezicht Rechtspersonen en is bedoeld om bestuur en toezicht van verenigingen en stichtingen te verbeteren. Er zijn regels opgesteld over taken, bevoegdheden, verplichtingen en aansprakelijkheid. De overheid wil met de wet voorkomen dat wanbestuur, onverantwoordelijk financieel beheer, zelfverrijking, misbruik van posities en andere ongewenste activiteiten verenigingen en stichtingen schaden. Helaas blijken zaken als 'een greep uit de kas' en 'vriendjespolitiek' vaker voor te komen dan velen denken. De wet gaat dat tegen door procedures en verantwoordelijkheden met elkaar te bespreken en vast te leggen. De wet is op 1 juli 2021 ingegaan.

Aan de hand van sheets via de Power Point Presentatie geeft dhr. Kees Koster de belangrijkste wijzigingen in de statuten aan. Het is natuurlijk behoorlijk 'taai en saai' kost; toch is het belangrijk dat een en ander aan de orde komt. Na de toelichting gaat de vergadering akkoord met de doorgevoerde aanpassingen.

Met dank aan dhr. Kees Koster voor de werkzaamheden omtrent deze statuten.

13.- Bestuursverkiezing.

Zoals bij dit agendapunt aangekondigd zijn dit jaar aftredend en niet herkiesbaar mw. Ineke Ruijgt en dhr. Kees Koster. Mw. Elly Span heeft zich kandidaat gesteld als nieuw bestuurslid. Zij wordt met algemene goedkeuring door handopsteking benoemd tot nieuw bestuurslid.

De heer Ben Woltering beraadt zich nog op een bestuursfunctie; hij zal eerst een vergadering als toehoorder bijwonen en dan een besluit nemen.

14.- Rondvraag.

- a. Mw. Tonny Kuijten wil graag weten waar vrijwilligers binnen de vereniging nodig zijn. Mw. Will Hooijmaijers licht toe dat vaak mensen nodig zijn voor het organiseren van activiteiten.
- b. Een bijeenkomst met Thebe zal zo spoedig mogelijk worden georganiseerd. Dhr. Bert de Graauw geeft nog een korte toelichting op het lidmaatschap van Thebe en Thebe Extra.
- c. Als vrijwilligers zoekt het bestuur ook belastinginvullers, cliëntenondersteuners en vrijwillige ouderenadviseurs.
- d. Mw. Gerda Quist vindt dat het bestuur een pluim verdient voor alle activiteiten en initiatieven die werden georganiseerd gedurende de gehele coronaperiode.
Dank voor dit compliment.

15.- Sluiting van de vergadering.

De voorzitter sluit het officiële gedeelte van de vergadering met de wens: "Blijf allen gezond". We hopen dat onze seniorenvereniging ook de komende jaren kan blijven bestaan.

16.- Pauze.

Na een korte pauze wordt afscheid genomen van twee bestuursleden Mw. Ineke Ruijgt en dhr. Kees Koster.

>>>>

Afscheid de heer Kees Koster als bestuurslid.

Inleidend woord van dhr. Bert de Graauw.

Kees, ik wil op de eerste plaats jouw familie, vrienden en kennissen welkom heten. Een afscheidsfeestje zonder je directe familie etc. kan natuurlijk niet. Welkom vooral zoon Guido Koster, bedankt voor jouw inzet om al die familieleden, vrienden en kennissen op te trommelen. Ga allen lekker zitten in de buurt van ons aller Kees.

Kees ik heb, toch zeker vanaf het moment dat ik voorzitter ben van onze Senioren Vereniging Waspik, een zeer intensief contact met je gehad.

Je was zoals bekend, lid van ons bestuur, door je functie als penningmeester hoorde je ook tot het Dagelijks Bestuur en je had samen met mij zitting in zowel de Kringraad als het Kringbestuur van Waalwijk.

Door jouw maatschappelijke betrokkenheid kwam ik jou ook vaak tegen bij bijeenkomsten belegd door de gemeente Waalwijk. Kortom we waren bijna onafscheidelijk. Daardoor is het voor mij emotioneel heel moeilijk bij jouw afscheid het woord tot je te mogen, in dit geval te moeten richten.

Onze contactpersoon bij KBO Brabant, Elly Teunen, zou het daarom van mij overnemen. Helaas is mevr. Elly Teunen vandaag verhinderd. Maar gelukkig heeft dhr. Frans Maas van KBO Brabant zich bereid verklaard die taak van haar over te nemen. Mag ik dhr. Frans Maas vragen van mij de microfoon over te nemen.

Toespraak dhr. Frans Maas.

Beste Kees, (ik neem aan dat ik Kees mag zeggen, anders wordt het zo formeel).

Je neemt vandaag afscheid als penningmeester en dus ook van het bestuur van de Senioren Vereniging Waspik.

Je bent lid van de vereniging vanaf 8 januari 2004. Een lange periode.

Vanaf 1 januari 2006 werd je penningmeester en dus lid van het dagelijks bestuur.

Jouw medebestuurders hebben jou ervaren als een echte penningmeester: je zat op de centjes.

Ook werd je, vanaf de oprichting van de Kring Waalwijk (2015), lid van het Kringbestuur.

Vanaf 13 maart 2015 ben je ook VOA (Vrijwillige Ouderen Adviseur) en Clientondersteuner.

KBO-Brabant heeft hier grote waardering voor en hecht sterk aan de onafhankelijkheid hiervan.

Na ruim 15 jaar trouw op de centjes te hebben gepast, heb je aangegeven te willen stoppen met deze veeleisende vrijwilligersbaan.

We weten allemaal dat jij een " bezig bijtje " bent. De ene dag maak je de financiële administratie op, dan zit je weer aan de keukentafel bij een oudere dame om een traplift aan te vragen, vervolgens weer bij een vergadering van D66, of bij de ledenvergadering van Langstraat Zon. En zo kunnen we nog wel even doorgaan.

Je bent bij al deze vrijwillige werkzaamheden een stille kracht. Niet letterlijk, want je roert jouw mondje wel. Betrouwbaar, altijd op tijd bij de vergaderingen, doen wat je beloofd hebt, niet uit het oog verliezend dat bv de vrijwilligers van de vereniging altijd spoedig hun onkostenvergoeding uitbetaald krijgen.

Ook maatschappelijk ben je betrokken: je richtte een buurtkamer op voor jouw eigen wijk en zorgde je ervoor dat de groenvoorziening in jouw eigen straat werd aangepast c.q. uitgebreid.

Je krijgt nu meer tijd krijgt voor jezelf, maar je zal vrijwel zeker niet op je lauweren gaan rusten. Met jouw 77 jaren houd jij je hersens vitaal met de dagelijkse puzzels in de krant. Het onderhoud aan huis en tuin vraagt daarbij ook de nodige fysieke inspanning.

Mogelijk ontstaat hier iets heel moois. Want één ding staat als een paal boven water, je hebt hele mooie resultaten met jouw vele vrijwilligerswerk bereikt.



Als blijk van waardering heeft de afdeling Waspik, gezamenlijk met de Kring Waalwijk, een aanvraag ingediend bij het bestuur van KBO-Brabant voor een Zilveren Speld met Goud plus oorkonde.

Deze aanvraag is uiteraard gehonoreerd en ik vind het een eer om deze nu aan jou te mogen uitreiken.

De kern is echt goud, maar omdat het witgoud is valt dit niet erg op bij de zilveren achtergrond, maar toch...

Namens KBO-Brabant feliciteer ik jou hierbij van harte en hoop dat je hem nog lang, met ere, zult dragen.

Chapeau! Het is nu tijd om met elkaar het glas te heffen en om met elkaar mooie herinneringen op te halen.

Nawoord van dhr. Bert de Grauw.

Natuurlijk hoort bij een afscheid als dit een cadeautje namens de vereniging. Niet te groot en niet te duur Kees want we moeten nog steeds op de penningen letten. Wij hebben begrepen van zoon Guido dat het oplossen van kruiswoordraadsels één van je grotere hobby's is, vandaar een puzzelboekje en nog een boekenbon zodat je nog meer puzzelboekjes kunt aanschaffen. En uiteraard ook nog een mooie bos bloemen. Die je door Will zal worden aangeboden.

Kees, je weet je bent nog niet van ons af, we zullen je als adviseur nog wel even nodig hebben.

Vooraf gezond blijven en genieten is onze wens voor je. Het ga je goed.



Afscheid mevrouw Ineke Ruijgt als bestuurslid.

Ineke, mede door de inzet van je man Ed kan en mag ik hartelijk welkom heten Joan, Petra en Nike, jouw 3 dochters. Helaas lukte het je zoon Eduard niet om hier tijdig aanwezig te zijn. Dames, kom binnen en drapeer je rondom je moeder.

Ik heb jou als bestuurslid slechts ruim 5 jaar mee mogen maken. Dat is mijn tekortkoming en niet de jouwe. Jij bent namelijk al lid van onze vereniging vanaf 01-01-1996 en je maakt al sinds 2007 deel uit van ons bestuur. Ik heb jou ervaren als een deskundige bestuurskracht, vaak recht voor zijn raap maar steeds met de beste bedoelingen waarbij de minderbedeelden altijd jouw volle aandacht hebben gehad en nog steeds hebben, volgens mij.

In overleg met vooral KBO Brabant hebben wij besloten de maximale zittingstermijn van 3 x 4 jaar voor onze bestuurders aan te houden. Onze ervaring is namelijk dat als we dat niet doen er dan zeker nooit verjonging binnen ons bestuur zal plaatsvinden, niet alleen in jaren maar ook niet in ideeën.

Het laatste deel van mijn arbeidzame leven heb ik door mogen brengen in het Rotterdamse. Daar heb ik aan den lijve mogen ondervinden dat mensen van boven de rivieren veel directer zijn dan wij Brabanders. Ik zou bijna willen zeggen hoe noordelijker je in het Hollandse, boven de rivieren je komt, hoe directer de mens wordt. Dit in tegenstelling tot onze Brabantse mentaliteit van, wat men nogal eens vaak noemt, de mentaliteit van het pappen en nathouden. Voor mijzelf vertaal ik die Brabantse mentaliteit als een manier van handelen, vaak langs omwegen, om op een tactische wijze, zonder wie dan ook te kwetsen, mijn doelen te bereiken.

Waarom vertel ik je dit alles. Omdat ik je als Amsterdamse wel als heel direct heb ervaren, iets waar ik zeker in den beginne erg aan heb moeten wennen. Later heb ik daarvan, van dat niet lullen maar poetsen, ook de voordelen gezien. In vergaderingen probeerde je het zo kort mogelijk, zo to the point mogelijk te houden. Niet in herhaling vallen, maar meer actie, was en is nog steeds jouw devies. Uitspraken als met beide poten in de blubber staan komen jou en mij zeker niet onbekend voor. Jouw doorzettingsvermogen, jouw volharding, begrijp ik nu pas, is voortgekomen uit vooral het wedstrijdzwemmen en het spelen van waterpolo wat jij op jonge leeftijd veelvuldig en intensief hebt gedaan.

>>>>

Van Ed heb ik vernomen dat jij destijds samen met je ouders en grootouders in één huis woonde. Na het zwemmen werd je vaak opgevangen door je grootouders. Daaruit is een erg goede band met je opa voortgekomen. Jullie hadden aandacht voor elkaar en jullie waren elkaar tot steun. Na jouw HBS-opleiding ben jij kort in dienst geweest van je vader, die een eigen accountantskantoor had. Maar het cijfermatige (het zoeken naar een cent verschil) trok jou niet zo. Daarna heb jij verschillende banen gehad, van huisartsassistente, tot verkoopster van staalproducten en managementassistente. Je hebt zo wel erg breed ontwikkeld en de nodige ervaring opgedaan.

Vermeldenswaard is ook dat het één en al Ajax was wat de klok sloeg in huize Gerritsen. Wel een beetje moeilijk te verteren voor je huidige echtgenoot Ed, een rasechte Rotterdammer.

Ineke, naast de al eerdergenoemde 4 kinderen, die al op jonge leeftijd kreeg, volgde er later nog eens 9 kleinkinderen, wat een rijk bezit is dat.

Voor anderen, zoals gezegd, heb jij altijd alles over. Zo heb je zelfs de ouders van Ed een tijdlang in huis genomen. Ook vrienden die in scheiding lagen werden op dezelfde wijze geholpen. Vluchtelingen of ze nou uit Kosovo of Georgië of waar dan ook vandaan komen, je staat voor iedereen en alleman klaar.

Jij denkt altijd meer in kansen dan in bedreigingen. Ook dat hebben wij ervaren tijdens jouw raadswerk voor D66 in de Gemeente Waalwijk. Daar roerde je je mondje flink. Maar wel altijd op een opbouwende wijze.

Ineke, je neemt weliswaar afscheid van ons bestuur maar wij hopen zeker nog heel vaak van jouw kwaliteiten gebruik te mogen maken. Waar ik met de Senioren Vereniging van Waspik n.l. naar toe wil is, een grotere betrokkenheid van onze leden, niet alleen onze bestuursleden. Ook onze gewone leden kunnen zich op allerlei wijze dienstbaar maken voor onze vereniging en uiteraard daardoor ook voor anderen. Ineke, blijf zeker actief op het gebied van, het helpen van mensen die behoeften hebben aan ondersteuning, of simpelweg behoefte hebben aan een praatje.



Voor alles wat jij voor onze vereniging hebt gedaan, heeft ons bestuur en met ons het bestuur van KBO Brabant besloten jou te onderscheiden met de zilveren speld van verdiensten. Ik zou jouw man Ed willen vragen die bij jou op te spelden.

Eén van je grotere hobby's is koken. Maar jij zou het ook bijzonder prijs stellen als jouw man Ed zo af en toe ook eens een maaltijd zou bereiden. Jaren terug nam je daarvoor, samen met Ed, deel aan een kookles in Raamsdonksveer. Met de bedoeling Ed over te halen, maar helaas dat mocht niet baten. Naast koken heb je ook een bijzondere passie voor lezen.

Ineke, bij een afscheid hoort natuurlijk een cadeautje. Het wordt dus sowieso een boek, maar of het nou een kookboek of een roman zou moeten worden is voor ons moeilijk vast te stellen. Je hebt al zoveel boeken en heb je daarnaast nog veel meer boeken gelezen. Vandaar bij deze een boekenbon, die je naar eigen goeddunken kunt besteden. En uit handen van Will nog een prachtige bos bloemen.

Nogmaals dank voor alles wat je voor ons hebt gedaan. Blijf vooral gezond, het ga je goed, ik dank je wel.

De zoon van ons aller Jantje van Eersel, zal ook voor jou enkele passende prachtige liederen ten gehore brengen, een Amsterdamse medley en ook een prachtig lied van Julio Iglesias. Veel luistergenot. Ik dank je wel.



>>>>

Als afsluiting van deze zowel formele als informele middag zal het Zeemanskoor "Deining" ons nog een uurtje entertainen met echte zeemansliedjes.

Dank aan alle aanwezigen.



Zeemanskoor "Deining"



Krantekoppen

Dood paard achtervolgt Ankie van Grunsven
Biograaf zet beeld van keizer Nero op z'n kop
Interieurverzorgster gevraagd: wij denken aan
iemand die de Nederlandse taal goed beheersd
Nimes (Frankrijk) zonder water na overstroming
Driekwart van Turken vast tijdens ramadan
"Als de 17-de eeuwse stichtster van het hofje nog
leefde, zou zij zich omdraaien in haar graf"
"Tegenwoordig gaat een stel eerst samenwonen,
dan neemt het pas tegen de dertig kinderen. Op
dat moment begint het gezinsverband."
Bril van Jamai onder de hamer
Wij maken veel betere Australische wijnen dan de
Fransen
"Tijdens de Zomerfeesten is een meisje van 15 jaar
uit Kampen in de Beukerstraat van haar portemon-
nee gerold."
Kiespijn zit tussen de oren
Fraudeur verdween met de horizon
"Alleen fietsers, voetgangers, bestemmingsverkeer
en aanwonenden mogen met de auto door de
tunnel."
"Ministers zitten niet met samengeknepen tenen
bij vol Malieveland."
"De radiozender van Al Jazeera heeft een geluids-
fragment uitgezonden waarop de rechterhand van
Osama bin Laden te horen zou zijn."

Kaart op een restauranttafel:

ENSALADA NORMAL
NORMAL SALAD
SALADE NORMAL
INSALATA NORMALE
GEWOON SLA

Een grappig verhaal en een sprookje tot besluit:

Kattig

Een echtpaar staat klaar om een avondje uit te
gaan. Ze laten een paar lampjes aan, schakelden
het antwoordapparaat in, dekken de kooi van de
parkieten af en laten de kat in de achtertuin.
Vervolgens bellen ze een taxibedrijf. De taxi
arriveert en ze openen de voordeur. Op dat
moment schiet de kat langs hen heen het huis
weer binnen.
Ze willen per se niet dat de kat binnen blijft, want
dan lopen de vogels gevaar. 'Ik vang hem wel, stap
jij maar vast in' zegt de man. De kat glipt naar
boven en de man gaat er achteraan.

Terwijl de vrouw in de taxi zit te wachten, wil ze niet
dat de taxichauffeur weet dat er de hele avond
niemand thuis is. Daarom zegt ze tegen de chauffeur
dat haar man er aan komt. 'Hij is nog boven om mijn
moeder gedag te zeggen.'

Een paar minuten later stapt de man in en zegt als ze
wegrijden: 'Sorry dat het zo lang duurde, maar dat
stomme kreng verstopte zich onder het bed. Ik moest
haar met een klerenhanger dwingen om er onderuit te
komen. Toen probeerde ze er weer vandoor te gaan,
maar ik greep haar in haar nekvel. Toen heb ik haar in
een laken gewikkeld om te voorkomen dat ze me zou
krabben. En dat hielp. Ik sleurde haar met haar dikke
kont de trap af en gooide haar in de achtertuin.' Op dat
moment knalde de taxi tegen een geparkeerde auto
aan.

Een sprookje van de gebroeders Grimm .

De zoete pap

Er was eens een arm vroom meisje dat alleen met haar
moeder leefde en ze hadden niets meer te eten. Toen
ging het kind naar het bos en daar zag ze een oude
vrouw die al wist wat het meisje nodig had en ze gaf
haar een pannetje en als ze daar tegen zei:
"Potje, kook!"
dan kookte het heerlijke zoete gerstepap, en als ze zei:
"Potje, stop!"
dan hield het weer op met koken.

Het meisje bracht het pannetje naar haar moeder en
nu was de armoede en de honger voorbij en ze aten
zoete pap zo vaak ze wilden.

Toen op een keer het meisje was uitgegaan, zei de
moeder:
"Potje, kook!"
en het kookte en ze at tot ze genoeg had, maar nu
wilde ze dat het pannetje weer ophield, maar ze wist
het woord niet meer. Dus kookte het door, en de pap
kwam over de rand en het kookte steeds maar door.
De keuken vol pap en het hele huis vol pap, en het
huis ernaast vol pap en de straat vol pap, alsof het de
hele wereld wilde verzadigen. En er heerste de groot-
ste nood en niemand wist raad. Eindelijk, toen er nog
maar een enkel huis over was, kwam het meisje thuis
en zei:
"Potje, stop!" en toen hield het op met koken en wie
naderhand weer de stad in wilde, moest zich door de
pap heen eten.

(Deze variant van het sprookje is alleen in Duitsland bekend.
De breipot geeft alleen zegen, als hij door de rechtmatige
eigenaar gebruikt wordt)

ons gesprek

gratis

Wilt u óók een goed gesprek?

GRATIS

Voor álle 50-plussers in Noord-Brabant

Ons Gesprek
 Van mens tot mens
 Zorgvuldig
 Vertrouwelijk
 Een luisterend oor
 Getrainde vrijwilligers
 Nieuwe inzichten

KBO-Brabant
 BELANGENVERDIENING VAN SENIORS

Een toelichting treft u aan op de volgende pagina.

KBO-Brabant "Ons Gesprek"

In gesprek over levensvragen

Met het ouder worden ontstaan (vaak) meer levensvragen. We kijken terug op ons leven, op dingen die zijn gebeurd, op keuzes die we hebben gemaakt. Soms kan het fijn zijn om daar met iemand over te praten.

KBO Brabant heeft het initiatief genomen voor "Ons Gesprek". Dit is een netwerk van opgeleide en getrainde vrijwilligers, die in gesprek (kunnen) gaan met senioren, die een goed gesprek over hun leven willen voeren.

In deze tijd van Corona kunnen zich intensere levensvragen aandienen, bijvoorbeeld doordat u niet op een voor u passende manier afscheid heeft kunnen nemen van een geliefde. Dan kan het fijn zijn om daar met iemand over te praten.

Hoe het werkt

Hebt u behoefte aan een goed gesprek over uw leven?

Neem dan contact op met KBO-Brabant:

Telefoon: 073 – 644 40 66

E-mail info@kbo-brabant.nl.

U wordt in verbinding gesteld geestelijk verzorgers, die de intakegesprekken doen: Rieke Mes, Martien van Duijnhoven of Bart Mudde. U kunt met hen in het kort bespreken welke vragen u bezighouden, waarna zij vrijwilligers van Ons Gesprek vragen u terug te bellen.

- 6 à 8 gesprekken met onze vrijwilliger
- Voor leden en niet-leden
- Gratis

Wat het u oplevert

Allereerst is het helend om u te uiten, helend om te ervaren dat er (zonder oordeel) naar uw verhaal geluisterd wordt. De gesprekken met de vrijwilliger leveren u verder op dat u:

- Nieuwe inzichten krijgt.
- Voor een andere benadering kiest.
- Tot een (aanzet tot) oplossing komt.
- Leert een situatie te accepteren.

De vrijwilligers

De vrijwilliger zijn allen goed opgeleid en de meesten van hen zijn werkzaam geweest in het sociale domein. Hun beroepsmatige achtergrond loopt uiteen van geestelijk verzorger, theoloog, tot maatschappelijk werker tot verpleegkundige psychiatrie en alles wat daartussen ligt.

In de special 2020-2021 van KBO-Brabant over zingeving treft u een overzicht van de huidige vrijwilligers aan.

Dus wilt u in gesprek?

Bel het kantoor van KBO-Brabant via 073 – 644 40 66 of stuur een e-mailbericht naar info@kbo-brabant.nl



In het voorjaar werd er weer volop gekaart in
Buurthuis 't Schooltje.
De einduitslag van de kaartmiddagen is als volgt:



Rikken

- | | | |
|----|---------------------|-------------|
| 1. | De heer T. Roelofs | 1212 punten |
| 2. | De heer C. van Pelt | 1197 punten |
| 3. | De heer C. Chabot | 1080 punten |
| 4. | Mevrouw T. Kemmeren | 1027 punten |

Jokeren

- | | | |
|----|--------------------------|------------|
| 1. | Mevrouw E. Harg | 293 punten |
| 2. | Mevrouw J. van den Broek | 335 punten |

In september wordt weer gestart met een nieuwe reeks kaartmiddagen.

Plaats : Buurthuis 't Schooltje – Waspik Boven

Tijdstip aanwezig : 13.30 uur

Inleg : € 3,50

De 5 beste tellen mee.

1e kop koffie/thee is gratis.

Datum:

Woensdag 7 september

Woensdag 21 september

Woensdag 5 oktober

Woensdag 19 oktober

Woensdag 2 november

Woensdag 16 november

Woensdag 30 november

Woensdag 14 december

Noteer deze woensdagen alvast in uw agenda.

Informatie bij Theo Rekkers

tel. 0416-312630 of 06-10697340



Meer aandacht voor woonbehoeften 50-plussers

KBO-Brabant en LVGO (Landelijke Vereniging Gemeenschappelijk wonen van Ouderen). bundelen hun krachten. Oproep aan gemeenten: Word aanjager in plaats van vertragende factor! Heb meer aandacht voor de woonbehoeften van 50-plussers en pak een actieve rol in de realisatie daarvan.

KBO-Brabant en de LVGO bundelen hun krachten om gemeenten aan te sporen aanjager in plaats van vertragende factor te zijn als het gaat om zelfstandig wonen van senioren. Zij roepen daartoe in zeven actiepunten op: zes geadresseerd aan gemeenten, de zevende aan de senior zelf. Het beleid van de overheid is erop gericht langer zelfstandig wonen te stimuleren. Dat doet zij onder andere door gemeenten aan te moedigen de woonbehoefte van senioren binnen de gemeente in kaart te brengen, de totstandkoming van meer nieuwe (geclusterde) woonzorgvormen voor hen te stimuleren en daarmee de doorstroming binnen de woningmarkt te stimuleren. Maar volgens KBO-Brabant en de LVGO kunnen gemeenten daarin veel actiever zijn dan nu het geval is. Struikelblokken voor gemeenschappelijk wonen Voor starten de woongemeenschappen is het vinden van een geschikte locatie een groot struikelblok. Het duurt vaak jaren om grond of een geschikt gebouw te vinden. De medewerking vanuit gemeenten om daadwerkelijk een woongemeenschap te realiseren is in de regel beperkt. Denk aan het gunnen van vrijkomende gemeentewerven aan projectontwikkelaars in plaats van aan nieuwe burgerinitiatieven van 50-plussers. Er zijn tergend lange procedures bij de gemeente die jaren slepen. Soms zijn initiatiefnemers van een woongemeenschap al overleden voordat het gebouw staat...! Sociaal versus financieel belang Binnen gemeenten bestaat een zekere tegenstrijdigheid tussen sociale doelen en financiële belangen. Deze 'domeinen' worden door verschillende afdelingen bemenst. Daar waar de WMO (Wet Maatschappelijke Ondersteuning) en het sociaal domein aan de orde zijn, mikt de gemeente op langer thuis wonen van senioren. Zij stelt woonadviseurs en voorlichters aan om ouderen desgewenst te laten verhuizen naar passende woningen. De afdeling die zich bezighoudt met bestemming van locaties en grond en de verkoop van panden of grond, gaat voor de hoofdprijs. Het komt regelmatig voor dat locaties die geschikt zijn voor senioren groepen weggekaapt worden door vastgoedpartijen, die voor het luxe segment gaan bouwen.

Lees verder op volgende pagina>>>

Zes actiepunten voor gemeenten :

om in plaats van vertragende factor de aanjager te worden in het realiseren van woongemeenschappen 50-plus, roepen KBO-Brabant en de LVGO gemeenten in zes actiepunten op tot daadkracht:

- 1.** Kom tot een actief beleid om leegkomende gebouwen en gronden beschikbaar te stellen voor wooninitiatieven van senioren. Het gaat hier om waardevol sociaal kapitaal, dat ten onrechte als economisch kapitaal op de markt wordt gebracht. Speculatie en opkopen door projectontwikkelaars is misschien goed voor de portemonnee van gemeenten. Het is niet gunstig voor de bevolking.
- 2.** Maak een concreet plan met tijdsplanning, voor het (laten) bouwen van gemeenschappelijke woonvormen van senioren.
- 3.** Geef burgers eigen regie bij gemeenschappelijk wonen. Initiatiefgroepen dienen een gelijkwaardige partij te zijn voor gemeenten, maar ook bouwers en financiers betrokken bij de totstandkoming van nieuwe woonvormen. Zie deze burgers als volwaardige samenwerkingspartners die participeren in elk (nieuw) woonproject. Als we willen dat senioren nu en in de toekomst eigen regie houden, dan zal dit ook hier een criterium moeten zijn.
- 4.** Pak als gemeente een aanjagende rol in plaats van een vertragende. Stel kwartiermakers aan die verbindend werken en bevoegdheden hebben om de stroperigheid te doorbreken.
- 5.** Wees ook in het huursegment aanjager, samen met woningcorporaties. Dat kan betaalbare seniorenwoningen en nieuwe woongemeenschappen kan opleveren. En maak prestatieafspraken over het geschikt maken van bestaande wooncomplexen voor gemeenschappelijk wonen voor senioren.
- 6.** Voorkóm dat zelfstandig wonen voor senioren alleen is weggelegd voor de welgestelden onder hen. Zelfstandig wonen moet toegankelijk zijn voor alle 50- plussers, ongeacht inkomen, achtergrond of afkomst. Daarvoor is de ondersteuning vanuit de (lokale) overheid noodzakelijk.

De senior aan zet:

7. Senior, dring via uw lokale organisatie of KBO-afdeling aan op concreet beleid op dit punt in de collegeprogramma's die nu in elke gemeente worden opgesteld. Breng bovenstaande punten in. Blijft het bij mooie woorden of is er ook sprake van concrete voornemens voor de bouw van nieuwe seniorenwoningen? Gaat het gemeentebestuur echt werk maken van burgerinitiatieven van 50-plussers?

De LVGO is de landelijke belangenvereniging van gemeenschappelijk wonen 50-plus. Zij vertegenwoordigt bestaande woongemeenschappen en woongemeenschappen 50-plus in oprichting. De vereniging onderzoekt de belemmeringen voor 50-plussers om gemeenschappelijk te bouwen en te wonen. De (lokale) overheid kan een belangrijke rol spelen deze belemmeringen te overwinnen. In haar activiteiten maakt de LVGO nadrukkelijk gebruik van ervaringen en de expertise van bewoners van bestaande en startende woongemeenschappen.

KBO-Brabant is een zelfstandige seniorenvereniging. Eén op de zes 50-plussers in NoordBrabant is lid van deze vereniging: met circa 120.000 leden is zij een van de grootste landelijke seniorenverenigingen. Binnen de achterban van KBO-Brabant is grote behoefte aan een levensloopbestendige sociale woonomgeving. Voor de vereniging is wonen en zorg voor senioren een speerpunt in de belangenbehartiging van haar leden. Seniorenvereniging KBO-Brabant ondersteunt haar achterban door woonprojecten voor en door senioren op de agenda van gemeenten te krijgen. Tevens is zij een actief pleitbezorger van kleinschalige gemeenschappelijke woonprojecten. Simpelweg omdat dit de woonwens van veel senioren is. Meer informatie over KBO-Brabant vind je op de website www.kbo-brabant.nl

Zie je vlekjes of draadjes voor je ogen? Hierdoor komt dat.

Misschien ken je het wel: als je gefocust bent op je computer, naar een witte muur of de lucht kijkt zie je ineens zwarte vlekjes, sliertjes of draadjes voor je ogen. Misschien schrik je ervan, maar vaak is dit gelukkig onschuldig. We leggen je uit wat je hierover moet weten. En wanneer is het dan wel tijd om aan de bel te trekken?

Vlekjes en draadjes voor je ogen

Als je af en toe zwarte vlekjes, draadjes, spinnetjes, sliertjes of stipjes voor je ogen ziet, dan wordt dat ook wel *moches volantes* genoemd. Dit is Frans voor vliegende vliegjes. Daarnaast wordt ook de term glasvochtvertroebeling gebruikt voor dit verschijnsel. Dit ontstaat doordat de ruimte tussen de lens en het netvlies in je oog gevuld is met glasvocht. Dit is een soort helder gelei. Wanneer je last hebt van een vertroebeling van dat glasvocht dan kun je vlekjes of draadjes zien. Deze vertroebeling kan bijvoorbeeld ontstaan door bloedresten of eiwit. De vertroebeling kan meebewegen met je ogen en beweegt vaak ook nog als je je oog stilhoudt. Vooral bij veel licht zijn de vlekjes en draadjes duidelijker zichtbaar. Daarom zie je dit bijvoorbeeld vaak als je op een zonnige dag naar de lucht kijkt of naar een witte muur of plafond staart. In de meeste gevallen is er dus niks ernstigs aan de hand en zal het je gezichtsvermogen ook niet verminderen als er een paar vlekjes of draadjes zichtbaar zijn.

Vaker vlekjes als je ouder wordt

Heb je het idee dat je de laatste tijd steeds vaker last hebt van vlekjes en draadjes? Dat zou goed kunnen. Naarmate je ouder wordt, wordt het glasvocht namelijk dichter van structuur. Hierdoor vallen de vlekjes en draadjes meer op. Vanaf ongeveer je 50ste levensjaar kunnen er klontjes ontstaan, die zorgen voor de vertroebeling. Daarnaast kan er ook één wat grotere vlek ontstaan. In dat geval leidt de verdichting van het glasvocht tot 'achterste glasvochtloslating'. Ook in dit geval is er niks ernstigs aan de hand. Mocht je gezichtsvermogen hierdoor verminderen, dan is er waarschijnlijk nog iets anders aan de hand dan alleen de *moches volantes*. Neem in dit geval contact op met een oogarts.

Vaste vlekken

Heb je geen last van zwevende kleine vlekjes of draadjes maar blijft de vlek op één plek vastzitten? Dan heb je waarschijnlijk niet met glasvocht te maken, maar ligt de oorzaak bij je netvlies of oogzenuw. Je kunt bijvoorbeeld een zenuwontsteking, vaatafsluiting, bloeding of een gezwel hebben. Neem in dit geval contact op met de huisarts of een oogarts ter controle. Ook als je last hebt van andere oogklachten naast de vlekken, is het verstandig om je ogen te laten checken.

Oogoperatie

In de meeste gevallen is er dus niks aan de hand als je af en toe wat vlekjes of draadjes ziet. Mocht de vertroebeling van het glasvocht echt problemen geven en bijvoorbeeld je zicht verstoren, dan kun je een operatie overwegen. In dit geval kan het glasvocht zoveel mogelijk worden verwijderd en krijg je in plaats hiervan een speciale vervangende vloeistof. In de meeste gevallen lukt het tijdens zo'n oogoperatie om alle hinderlijke vertroebelingen te verwijderen. In sommige gevallen blijven er alleen nog een paar kleine en onopvallende vlekjes over.

Bron: Margriet.nl.



Tot uw dienst in Waspik:

E-bike Duo fiets centrale Waspik (EDW)
06-18 89 16 77
Bereikbaar van maandag t/m zaterdag van
09.00 uur tot 13.00 uur

Vervoer- en Boodschappendienst Waspik
06-18 22 56 14
Graag 24 uur van tevoren aanmelden

Sociaal Contact Waspik

Marian van den Berg: 06-18435995
Spreekuur elke woensdag
van 10.00-11.30 uur in Den Bolder

CASADE
tel. 0800 55 222 22



Senioren Vereniging Waspik op Facebook

Steeds meer senioren zitten op Facebook. Het is een leuke manier om contact te hebben met uw familie, vrienden en kennissen. Ook blijft u op de hoogte van allerlei leuke nieuwtjes.

Ook Senioren Vereniging Waspik is actief op Facebook. Zit u ook op Facebook? Volg ons!

Hoe kun je ons vinden? Zoek via Google naar Seniorenvereniging Waspik, dan kom je op onze site.

Onderaan vind je het Facebook icoontje; klik daarop en je bent op onze Facebook-pagina. Eemaal daar klik dan op 'like' en op 'volgen', en u blijft op de hoogte van al het nieuws. Je kunt ook via je eigen Facebook-pagina in de zoekbalk intypen seniorenvereniging waspik en dan kom je er ook. Of je gaat via je browser naar onderstaand adres

<https://www.facebook.com/kbowaspik>

Onze organisatie

Bestuur

Voorzitter Dhr. B. de Graauw	Hof van Polanen 14	tel. 312494
Secretaris Dhr. H. van Zon	Leeuwerik 45	tel. 06-53937206
Penningmeester		
Leden: Mw. C. de Bruyn	De Roonlaan 23	tel. 313078
Mw. F. Hooijmaijers	Vrouwkensvaartsestraat 12a	tel. 313312
Mw. W. Hooijmaijers	Chopinlaan 2	tel. 202002
Mw. E. Span-Rombouts	Schoolstraat 2a	tel. 311355

Onze ouderenadviseurs

Mw. C de Bruyn	tel. 313078	email: cissydebruyn@wxs.nl
Dhr. B. de Graauw	tel. 312494	email: bertdegrauw46@gmail.com
Dhr. K. Koster	tel. 315150	email: kbokoster01@home.nl

Onze belastingpapieren invullers

Dhr. B. de Graauw	tel. 312494	email: bertdegrauw46@gmail.com
Mw. C de Bruyn	tel. 313078	email: cissydebruyn@wxs.nl

Onze thuisadministrateurs

Dhr. B. de Graauw	tel. 312494	email: bertdegrauw46@gmail.com
Mw. C de Bruyn	tel. 313078	email: cissydebruyn@wxs.nl

Cliëntondersteuning WMO

Dhr. K. Koster	tel. 315150	email: oco@koskeester.nl
----------------	-------------	--------------------------

Onze activiteitencommissie

Mw. W. Hooijmaijers	Chopinlaan 2	tel. 202002	voorzitter
Dhr. H. van Zon	Leeuwerik 45	tel. 06-53937206	secretaris harrie.vanzon@ziggo.nl
Mw. D. de Graauw	Hof van Polanen 14	tel. 312494	

Wij(k)diensten Waspik

Tel. 06 - 538 77 623

Spreekuur iedere woensdag van 10.00 - 12.00 uur in Den Bolder

iedere donderdag van 13.00 - 14.00 uur in Den Bolder

Coördinatie felicitatiedienst

Mw. Erica Koster	tel. 315150
------------------	-------------

Contact Casade

Mw. W. Hooijmaijers: tel. 06-12916937 en Mw. C. de Bruyn: tel. 06-20632983

Coördinatie tafeltje dekje: Mw. A. De Bont tel. 0416-311860

Onze vaste activiteiten

Maandagmiddag Koor Zang en Vriendschap	Informatie Dhr. P. Heijmans	tel. 311787
Dinsdagmorgen Fitness in Centrum Fysiotherapie	Informatie Dhr. C. Bink	tel. 312901
Dinsdagmiddag Sjoelen in De Stroming	Informatie Mw. R. Lodewijks	tel. 312673
Dinsdagmiddag Schilderen in Den Bolder	Informatie Mw. Van Gils	tel. 313498
Dinsdag 1 x per 2 weken Kookclub 't Schooltje	Informatie Mw. A. Kouwenberg	tel. 311071
Woensdagmiddag Koersbal in 't Schooltje	Informatie Mw. J. Verschure	tel. 311592
Donderdagmorgen Meer bewegen in Den Bolder	Informatie Mw. J. van Riel	tel. 311505
Donderdagmiddag Jeu de Boules	Informatie Dhr. H. van Zon	tel. 06-53937206
Rikken en jokeren	Informatie Theo Rekkers	tel. 312630 of 06-10697340
Fietsen Samen wekelijks fietsen	Informatie Mw. J. Smits	tel. 312184

Drie woonwinkels in één dorp!

Kwaliteitsmeubels tegen de scherpste prijs!

GROOTSTE COLLECTIE RELAXSTOELEN



MAATWERK- STOELEN

Maten s - m - l
keuze uit
40 kleuren.
Van 1450,-
Nu voor...

595,-



TAXI SERVICE

Heeft u geen vervoer?

Bel ons gerust:
0416 - 311945



PRIJS GARANTIE:
Wij leveren alle merken
stoelen altijd goedkoper!
Vraag gerust bij
ons een offerte...



Alle stoelen
zijn op maat
te proberen
in onze
showroom!



HORSTEN
Zit & Relax Comfort

**Kerkvaartsestraat 1,
Waspik**
Tel.: 0416-311945
(vanaf snelweg rotonde rechts,
2e straat rechts)

COMFORT BANKSTEL Flexv.a. **2495,-**



OP STA stoelen

zijn fauteuils die u helpen
met het rechtstandig omhoog
komen uit uw stoel, wij leveren
bijna alle stoelen als op sta.

Kwaliteit met een
'laagste-prijs-garantie'!

Nu v.a. **995,-**

MODERNE RELAXFAUTEUILS

• TWICE • PARIJS • CANNES
• MADERO • NICE

Nu met

25% KORTING



**K.B.O. korting
Vraag er naar!**

Belangrijke telefoonnummers:

Meldpunt gemeente
Meldpunt vrijwillige thuishulp
Zorgloket Waalwijk
Mozaïek Waalwijk

telefoon 0416-683456
telefoon 0416-333445
telefoon 0416-683456
telefoon 0416-333445

www.stichtingsenioren.nl

Rijbewijs keuren:

Arbo Raamsdonksveer, Oeverkruid 13, Raamsdonksveer, tel. 0162-677780
Kosten € 55,- geen kortingsregeling

Buurthuis Zanddonk, Willaertpark 2a, Waalwijk.

Voor afspraak: Regelzorg telefoon 088-2323300 Kosten € 50,- ..geen kortingsregeling.
Voor-Keur telefoon 085-0607065 Kosten € 50,- ..geen kortingsregeling

HIER KAN UW ADVERTENTIE KOMEN



Service Apotheek Waesbeeck

Wilhelminastraat 4
5165TJ Waspik
0416-313777

Bij Service Apotheek Waesbeeck kunt u terecht voor al uw:

- Medicijnen
 - Drogisterij artikelen
 - Homeopathische en Fytotherapeutische middelen
 - Braces
 - Hulpmiddelen voor Algemene Dagelijkse Levensverrichtingen (lepels, douche en toilethulpmiddelen, krukken en toebehoren, en nog veel meer)
- De apotheek is dagelijks geopend van 8.00 - 17.30 uur en zaterdag van 9.00 - 11.00 uur.

MODE

Bij
ANNELOES

Kerkstraat 9 - 5165 CE WASPIK
Webshop: www.modebijanneloes.nl



**VAN GORP
DIERVOEDERS**

ZOMERDIJKWEG 2
5145 PK WAALWIJK
Telefoon 0416-315770
Fax 0416-315779
E-mail: info@van-gorp.com



**ROB VAN DER PLAS
FINANCIEEL ADVIES B.V.**

* ADMINISTRatieve - EN FISCALE DIENSTVERLENING
* FINANCIËLE PLANNING

Dorpsplein 19 Fax: 0416 - 31 63 62
5165 CJ Waspik Mobiel: 0628 - 41 13 73
Telefoon: 0416 - 31 66 93 E-mail: info@robvanderplas.nl

Bezoek onze website: www.robvanderplas.nl



Een gezellig dagje uit
voor jong en oud

**Bloemenboerderij
de Langendam**

Bloemen / Pluktuin / Zijde bloemen
Excursies / Arrangementen
Workshops / Bloemschikken / Bakken

Open: Di t/m Vr 11.30 tot 17.30 uur
Zes van 10.00 tot 16.00 uur
Groepen ook buiten deze tijden op afspraak

't Vaartje 108, 5165ND Waspik 0416 312568
www.delangendam.com



**HET ADRES VOOR HET
TOTALE ONDERHOUD
VAN ALLE MERKEN**

**OOK NIEUWVERKOOP
VAN ALLE MERKEN!**



**VAKGARAGE
Braat Auto's B.V.**

Reedhuisstraat 11 - Sprang-Capelle
T. 0416-272753 - www.autobraat.nl

**CHEVROLET
SPECIALIST**

KIA SPECIALIST

Op onze website vindt u het nieuws van de afdeling.

Kijkt u daar eens. U vindt er veel foto's en illustraties in kleur.

www.seniorenverenigingwaspik.nl



**TECHNIEK IS
ONZE TOEKOMST**



 **0416 - 312 597**

 **www.meijs-install.nl**

 **PLUS**
Picokrie - Waspik

 **PLUS**
Picokrie - Waspik



Vos Capelle
Voor een gezonde groei van
bomen, planten en gras

Voor al uw financiële- of verzekeringsvragen
kunt u contact opnemen met

THEUNS
Assurantiën en Hypotheken B.V.

Adviseur: Andrew Theuns

Adres Louis Pasteurstraat 15
5165 EM WASPIK

Tel. 0416 - 31 54 32
Fax. 0416 - 31 55 39
Mob 06 - 23 925 626

Email info@theuns-assurantien.nl
Website www.theuns-assurantien.nl

Een **hoortoestel** valt minder
op dan **slecht horen!**

Bel ons voor een hoortest!
U wordt gemeten volgens de RIVM richtlijnen

 **Brabant Oor**
horen · verstaan · communiceren

Bloemenoordplein 38a
5143 TC Waalwijk
T 0416 77 86 60
www.brabantoor.nl

 medisch pedicure praktijk
Margó Theuns

Louis Pasteurstraat 15 5165 EM WASPIK Tel.nr. 0416-315413