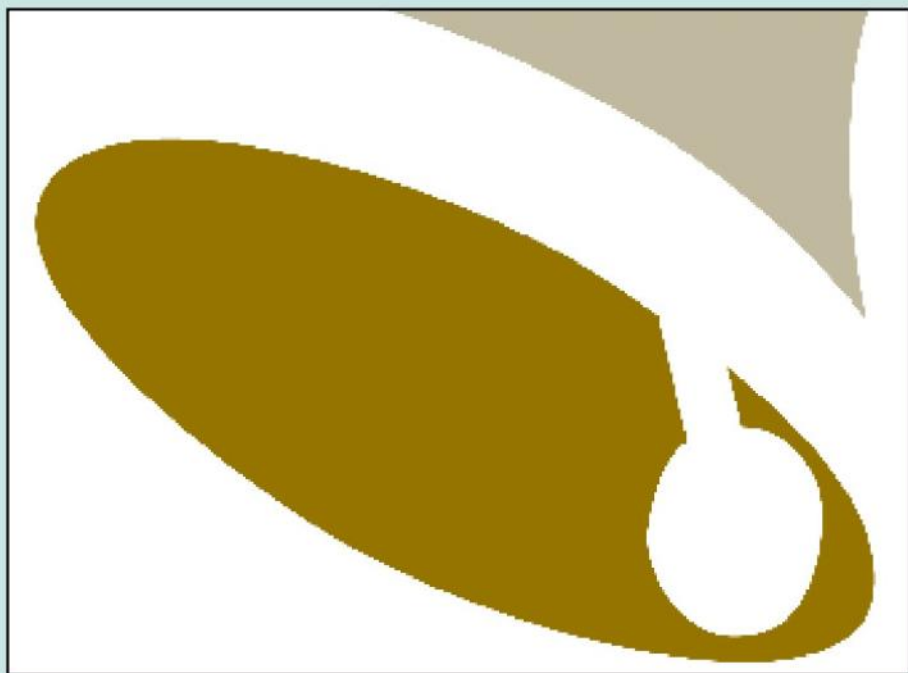


DE LUIDKLOK



***Seniorenvereniging
Asten en Ommel***





Alphega apotheek Asten

Pro actieve herhaalservice

U kent het probleem wel, u pakt de medicijnen 's ochtends en dan blijken de doosjes leeg te zijn.

Voor dit probleem heeft Alphega apotheek Asten een oplossing, de pro-actieve herhaalservice.

Wij houden voor u bij wanneer de medicijnen op zijn. U krijgt dan twee weken van tevoren bericht dat we de medicijnen weer klaarleggen en dat u ze op kunt komen halen.

Dus geen gedoe meer met herhaalrecepten en u hoeft niet de dokter te bellen, dat regelen wij allemaal.

Vraag er naar bij onze assistentes !!!!



Floralaan 28
5721 CV Asten
T. 0493 69 43 43
www.apotheekasten.nl

Openingstijden:
Maandag tot en met vrijdag
van 08.00 tot 17.30 uur



thuis in
Asten en
Someren

Informatie, advies, vervoer, ontmoeten en bewegen voor senioren

- Dorpsondersteuning
- Maatjes
- Maaltijdservice
- Personalarmering
- Automaatje
- Klussendienst
- Digitaal KompAS
- Sport en bewegen
- Vrijwilligerscentrale

We doen nog veel meer. Benieuwd?

www.oniswelzijn.nl • (0493) 44 12 34 • Volg ons op



De Luidklok *oktober 2022 jaargang 16 nr. 9*

Inhoud

Een warme, koude winter	4
Van de voorzitter	4
Alzheimer Café	5
Dementie, rouw en verlies was moeilijk thema	5
Seniorenvereniging-mededelingen	
KBO-seniorenmiddag	7
Onze overledenen	8
Voortgang project Goed voor Elkaar	8
Waarom heeft het nut om over de dood te praten?	9
Seniorenvereniging-activiteiten	
Ontmoetingspunt	10
Werkgroep Vieringen en Activiteiten.	10
Enquête voor leden	12
De Trappers traptten nog even door	13
Aanvang wandelseizoen de Trappers 2022/2023	13
Collectieve inkoopactie isolatie, glas en ventilatie	14
Zittingsmiddag De Klot voor senioren	15
De winter wijzer tegemoet	16
Administratie	17
Kleuterlogica	18
Even tussendoor	19
Activiteiten woonzorgcentrum De Lisse	19
Activiteiten v.a. 1 november t/m 1 december 2022	20

***Kopij voor het volgende nummer
kan worden ingeleverd
tot en met zondag 6 november.***

***Voor beëindigen lidmaatschap Seniorenvereniging bel vóór 1 januari
06-25 35 05 65 (ledenadministratie)
Het lidmaatschap loopt van 1 januari t/m 31 december.***

Een warme, koude winter

Zouden we het kunnen met zijn allen, van een koude winter toch een warme winter maken? Het klinkt misschien wat cryptisch, maar ik bedoel eigenlijk of we er komende winter warmpjes bij kunnen zitten. De energiekosten blijven namelijk maar stijgen en we moeten allemaal onze



verwarming een graadje lager zetten om te besparen op het gasverbruik. Erneste Mulder houdt de moed er in ieder geval goed in en helpt ons een handje op weg met haar tips in deze Luidklok.

Jarenlang hebben we de luxe van een huis, waarin praktisch iedere kamer verwarmd werd, vanzelfsprekend gevonden. We stonden er niet bij stil dat we eigenlijk ontzettend verkwistend bezig waren en dat we het milieu enorm aan het belasten waren. Het feit dat het gas vanuit Rusland niet meer of bijna niet meer onze kant op stroomt en we het eigenlijk ook niet meer willen van deze onbetrouwbare leverancier, heeft ons even stevig aan het denken gezet.

Ook wij hebben de thermostaat lager gezet en de radiatoren, op de plekken waar we toch bijna niet komen, dichtgedraaid, want Poetin kan me wat. Als het in huis wat minder behaaglijk aanvoelt, kruip ik, met een extra vest of trui aan, lekker knus met een glas warme thee op de bank. Samen met het idee dat we ook nog eens een beetje beter voor ons milieu aan het zorgen zijn, wordt het vast een warme en mooie winter. Wij senioren zijn wel wat gewend. Ons krijgen ze niet klein. Ik wens alle lezers dan ook een warme, koude winter.

Marie-Louise.

Van de voorzitter

Vorige maand schreef ik nog over de droge, hete zomer, nu zitten we al midden in de herfst, veel regen en een beetje fris. Na de vakantie was het grijs en geelbruin en nu alweer frisgroen. De natuur herstelt snel, wij kunnen daar wat van leren.

Soms zit het even niet mee, daarna kan het alleen maar beter worden. Veel mensen zien op tegen de herfst, kortere dagen, storm, regen, kouder, dat is geen positief vooruitzicht. Mooie herfstwandelingen in het bos met veel kleurige blaadjes in een lekker zonnetje, zo kun je de herfst ook zien.

Theo Martens.

Alzheimer Café

Het Alzheimer Café van 1 november heeft als thema Jonge mensen met dementie.

Het zal je maar gebeuren dat je op je veertigste te horen krijgt dat je dementie hebt. Je zit nog in de bloei van je leven. Hoe ga je daarmee om? Waar loop je tegenaan? Kun je bijvoorbeeld nog blijven werken? En zo ja, hoe lang nog? Hoe vertel je dit aan collega's? En wat is de impact op je omgeving? Op je kinderen, die vaak nog jong zijn? Op je partner? Gespreksleider Jac Huijsmans gaat in gesprek met Martine Doorenbosch, casemanager (jong) dementie bij De Zorgboog.

Het ACP van 6 december staat in het teken van het vijfjarig bestaan van Alzheimer Café Peelland.

Dan is er een theatervoorstelling van Theater Aan De Lijn. Twee zussen en een broer, alle drie op leeftijd, proberen te ontdekken wie dementie heeft. Het wordt een vrolijke, clowneske voorstelling. Een aanrader.

Kaartjes voor deze voorstelling zijn gratis verkrijgbaar bij het ACP op 1 november en kunnen ook besteld worden via

alzheimercafepeelland@gmail.com

Het Alzheimer Café Peelland vindt iedere eerste dinsdag van de maand plaats in Dienstencentrum de Beiaard aan de Pastoor de Kleijnhof 21 in Asten. Het programma start om 19.30 uur en eindigt rond 21.00 uur. De zaal gaat open om 19.00 uur. De toegang is gratis en aanmelden is niet nodig.

Alzheimer Café Peelland.

Dementie, rouw en verlies was moeilijk thema

Dat bleek wel bij het Alzheimer Café Peelland van 4 oktober. Ruim veertig mensen waren voor dit onderwerp naar De Beiaard gekomen. Gespreksleidster Hannie Derksen ging voor de pauze in gesprek met de Astense Irene Kersten. Irene is lang werkzaam geweest bij de politie en heeft toen met allerlei heftige situaties te maken gehad. Ze is zich later gaan verdiepen in het gedrag van mensen in traumatische situaties en crisissen. Inmiddels heeft ze zelf een bedrijf dat organisaties, scholen en bedrijven in staat stelt crisissituaties optimaal op te vangen en betrokkenen effectieve nazorg te bieden. Ze mag dus met recht deskundig genoemd worden.

** In gesprek.*

Bij een ernstige gebeurtenis heeft dat niet alleen gevolgen voor de eerst betrokkene. Ook de partner, kinderen, vrienden, collega's, werkgever enzovoort zijn in meerdere of mindere mate betrokken bij de verwerking

van het trauma of het verwerken van verlies. De vraag “Hoe ga je om met ernstige gebeurtenissen?” heeft dan ook niet een eenduidig antwoord. Elke persoon, mede afhankelijk van de relatie, reageert anders. Ook het te horen krijgen van de diagnose dementie kun je beschouwen als een ernstige gebeurtenis. Die kan enerzijds duidelijk zijn (‘Nou snap ik de reacties of het gedrag van mijn partner’), anderzijds roept het veel vragen op (‘Wat komt er op ons af? Hoe moeten we hiermee omgaan?’). Een voor iedereen passend stappenplan hoe met deze zaken (rouw, verlies, dementie) om te gaan is er niet. Wel kun je in zijn algemeenheid stellen: ‘Praat er met elkaar over, steun elkaar, toon begrip en geef ruimte aan ieders eigen manier van verwerken. Laat de rouwende zien dat je er voor hem/haar bent, ga ernaar toe met een pannetje soep, bied aan het gras te maaien of vraag of je iets kunt doen,’ aldus Irene.

En vergeet de (klein)kinderen niet. Ook zij hebben vragen en emoties bij het doodgaan van opa of oma en bij het zien van het dementieproces. Ga het gesprek aan in begrijpelijke taal. (Prenten)boeken kunnen daarbij een hulpmiddel zijn.

* *Vragen.*

Na de pauze was er gelegenheid voor het stellen van vragen. Die kwamen er volop. Ze waren niet allemaal gerelateerd aan het thema rouw en verlies, maar kwamen wel voort uit de praktijk van alledag van mantelzorgers voor een persoon met dementie.

Bijvoorbeeld: Hoe komt het toch dat een persoon met dementie vervelend, snauwend en zelfs agressief kan zijn naar de naaste mantelzorger en als een blad aan een boom kan omslaan als er iemand anders binnenkomt?

Of: Waarom is een dagbesteding voor de ene persoon een geweldige oplossing en is een ander persoon er met geen stok naar toe te krijgen.

En deze: een persoon met dementie gaat ook een rouwproces in of kan met het overlijden van een dierbare te maken krijgen. Hoe beleeft die dat allemaal?

Irene probeerde het allemaal te duiden, maar ook bij het beantwoorden van deze vragen blijkt dat het voor iedere situatie en voor iedere persoon anders kan zijn. Wezenlijk bij het verwerken van rouw en verlies: toon liefde, heb begrip, heb geduld, geef ruimte en tijd aan ieders gevoelens. Irene gebruikte nog een mooi beeld dat misschien houvast kan bieden in een uitzichtloos lijkende situatie: In een bootje heb je twee peddels nodig om vooruit te varen, anders draai je alleen maar rondjes: één peddel is verliesgericht en de ander toekomstgericht. Dus je mag denken aan het verlies en aan hoe alles was, maar houd je ook bezig met de toekomst.



Seniorenvereniging-mededelingen

KBO-seniorenmiddag

Vrijdagmiddag 7 oktober was het Nationale Seniorendag. Een dag in het leven geroepen om alle 80-plussers eens extra in het zonnetje te zetten. Want deze generatie hoort nog altijd tot de sterken onder ons, zeker gezien het jaar waarin zij geboren zijn. En het is echt niet voor iedereen van deze leeftijdsgroep vanzelfsprekend, dat men vliegt, cruiset, treint, autorijdt, golft of tennist.

Voor velen van hen kan een ontspanningsmiddag met lunch, een sapje of borrel en plezierig entertainment, aangeboden door het Bestuur, een welkome verrassing zijn in het dagelijkse gebeuren.

De zaal van de Beiaard zou om 12.30 uur opengaan voor degenen die zich voor deze middag hadden opgegeven, maar om 12.00 uur meldden de eersten zich al. Meer dan honderd leden van onze seniorenvereniging uit Asten en Ommel hadden zich opgegeven voor deze middag. Enkelen moesten helaas verstek laten gaan wegens ziekte.

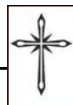
De werkgroep Vieringen en Activiteiten had, samen met de gastvrouwen, gezorgd voor een mooi ingerichte zaal, met vrolijk gedekte tafels. Na het welkomstwoord van de voorzitter en een korte speech met daarbij een klein gelukscadeautje van wethouder Janine Spoor, konden de aanwezigen genieten van een heerlijke tomatensoep, een rijk gevuld ragoutbakje en een broodmaaltijd met koffie of thee. En onderschat de mogelijkheid van het elkaar ontmoeten niet. Er werd heel wat begroet, gebuurt, herkend, gepraat en gebabbeld.

Na de lunch kon men genieten van een erg leuk optreden van De Carolientjes: een nonnen-act met hier en daar ietwat ondeugende en pikante details. Tijdens het optreden werd Toon van de Pol, vrijwilliger pur sang, terecht eens extra in de aandacht gezet voor het geweldige vrijwilligerswerk, dat hij op heel veel gebied doet.

Terwijl de aanwezigen na de pauze voorzien waren van een drankje gingen De Carolientjes verder met een prachtig zangoptreden, hier en daar onderbroken door quizvragen, die bij een goed antwoord verzilverd werden met een aardige attentie. Het zangduo had een prima liederenlijst samengesteld: iedereen kende en zong nog de tekst van bijna alle liedjes mee, wat een heerlijke, nostalgische sfeer gaf. Om half vijf kwam er een einde aan deze geslaagde middag.

De inzet van onze gastvrouwen én de werkgroepleden was enorm en zij mochten na afloop dan ook heel veel lieve, dankbare woorden in ontvangst nemen. 'Bedankt mensen, het war echt woar, kei-skôn!' En daar doen we het voor. Dit jaar voor de aller-allerlaatste keer in onze oude, vertrouwde Beiaard.

Ingezonden door: Inge Veenhuizen.



Onze overledenen

Wij gedenken onze overledenen. Wij willen de familie graag ons medeleven betuigen en hen veel sterkte toewensen.

Dhr. W. Koolhoven (nagestuurd bericht) 80 jaar
Kruiskensweg 10a
overleden op 09-07-2022

Mevr. Annie van Oosterhout-Verlinden 89 jaar
De Nieuwenhof Deurne
overleden op 23-09-2022

Dhr. Richard Berkers 86 jaar
Orionstraat 3
overleden op 29-09-2022

Mevr. M.R. Crooijmans-Vinken 96 jaar
De Lisse
overleden op 9-10-2022

De redactie van De Luidklok verzoekt de familie om bij het overlijden van een KBO-lid een bericht te sturen aan het secretariaat van de KBO Asten/Ommel p/a Henk van Kessel, Voordeldonk 54, 5721 HM Asten, tel. 0493-697364, e-mail: secretariaat.sv.asten.ommel@gmail.com
Er is een KBO Asten/Ommel vaandel beschikbaar wat in de kerk/crematorium geplaatst kan worden voor de uitvaart. De familie kan dit aanvragen via het bovenstaande bericht met vermelding van tijd en locatie van de uitvaart.

Voortgang project Goed voor Elkaar

Zoals u in de vorige Luidklok heeft gelezen, zijn wij als projectgroep bezig om te zien hoe we zo goed mogelijk ons project kunnen uitrollen in de gemeente Asten. Ideeën hebben is fijn, maar die moeten wel handen en voeten krijgen.

Daar zijn we dus druk mee bezig. Hiervoor is een overleg gepland eind oktober met vertegenwoordigers van de zorginstellingen zoals Zorgboog en Savant, dorpsondersteuners en seniorenverenigingen.

Het belangrijkste doel blijft een bijdrage leveren aan het welzijn van senioren en hun zelfredzaamheid vergroten door ondersteuning te bieden daar waar nodig. Daarvoor is iedereen nodig die op een of andere manier betrokken is bij de senioren in onze gemeente. Wij gaan met plezier door en houden u op de hoogte.

Annelies Dittner.

Waarom heeft het nut om over de dood te praten?

Voordat corona toesloeg, had het bestuur al gepeild of er belangstelling was om over dit thema een lezing te organiseren. Velen toonden hiervoor belangstelling en daarom organiseren wij nu in samenwerking met KBO-Brabant een lezing over het levenseinde.

Praten over het levenseinde vinden veel mensen eng. Toch is het wel verstandig om dat af en toe te doen. Al was het maar, omdat mensen die praten over hun levenseinde minder bang zijn om te sterven en ook rustiger doodgaan.

De maatschappelijke discussie over het onderwerp 'sterven', staat bijna helemaal in het teken van euthanasie. Maar weet u dat euthanasie in maar 4% van de sterfgevallen de doodsoorzaak is? Over het onderwerp levenseinde is zoveel meer te weten, dan dat wat er regelmatig in de publiciteit komt. Wij nodigen u uit voor deze lezing op donderdag 24 november om 14.30 uur in De Beiaard. De bijeenkomst zal ongeveer twee keer drie kwartier duren. Na afloop kunt u zich, als u dat prettig vindt, aanmelden voor een vervolgesprek in kleine groepjes. KBO-Brabant zorgt dan te zijner tijd voor opgeleide gespreksleiders en een datum. Aanmelden kan via: secretariaat.sv.asten.ommel@gmail.com of telefonisch: 0493-697364 of via onderstaande aanmeldstrook.

Bij aanmelden via mail aub het aantal deelnemers vermelden.

Het bestuur.

Aanmeldstrook

voor de lezing : "In gesprek over het levenseinde" op 24 november 2022
Strookje in de brievenbus van de KBO in De Beiaard vóór 19 november.

Naam

Telefoonnummer:.....

Aantal personen:.....

Seniorenvereniging-activiteiten

Ontmoetingspunt

Iedere dinsdagochtend van 10.00 tot 12.00 uur bent u als KBO-lid van harte welkom in de overdekte serre van Jan van Hoek, op de Markt in Asten. Om bij een kop koffie, glas thee, een sapje of misschien een kleine borrel elkaar te ontmoeten, te praten over hetgeen u zoal bezighoudt, om lief en leed met elkaar te delen en leeftijdsgenoten te ontmoeten.

Kom ook eens een kijkje nemen, want voor iedereen die daar nu al heel wat jaartjes komt, was het ooit ook de eerste keer.

Werkgroep Vieringen en Activiteiten.

** De spellenmiddag.*

Iedere tweede maandag van elke maand kunt u, als u van gezelschapsspelletjes houdt, uw hart ophalen om met andere leden van onze seniorenvereniging plezier, spel en spanning te delen. Voelt u er diep in uw hart eigenlijk ook wel voor om, zeker in de komende donkere maanden, eens twee uurtjes mee te doen met spellen zoals Triominos, Scrabble, Skip-Bo, Mens-erger-je-Niet, Yahtzee, Rummikub, kaarten of Ganzenborden?

Gewoon doen: een paar uurtjes de zorgen vergeten, even uit huis, andere mensen ontmoeten. Schroom niet, neem vriend of vriendin, buurman of buurvrouw mee en kom gewoon eens binnen. Hoe meer zielen, hoe meer vreugde, toch?

Wat?	KBO-Spellenmiddag
Waar?	In de huiskamer van de Beiaard.
Wanneer?	Maandag 14 november a.s.
Tijdstip?	Van 13.30 tot uiterlijk 16.00 uur
Kosten?	Alleen één Beiaardmuntje voor koffie of thee met koekje.



** De Liederentafel.*

De Liederentafel op 15 september was een groot succes gebleken. Een volle Spiegelzaal, veel mooie stemmen, goed publiek en de zangers van Toffel Vier.

Nog één keer in dit jaar 2022 treedt Toffel Vier op voor onze KBO-leden. Wilt u daarbij zijn? Wilt u graag meezingen? Wilt u plezier beleven aan het meezingen van bekende deuntjes uit het repertoireboek?

Dan met zijn allen hiernaartoe komen. Vriend of vriendin, buurman of buurvrouw, broer of zus zijn ook van harte welkom.

Zingen verbreedert, schreef ik al eens eerder en die saamhorigheid hebben we hard nodig in deze, voor velen, moeilijke tijden.

Wat? KBO-Liederentafel met Toffel Vier.
Waar? In de Spiegelzaal van de Beiaard.
Wanneer? Maandag 7 november.
Tijdstip? Aanvang 13.30 tot 15.30 uur.
Kosten? Slechts één Beiaardmuntje voor de consumptie halverwege de middag.

** Kerstvieringen.*

Inderdaad, de werkgroep Vieringen en Activiteiten is al druk bezig met het organiseren van de twee jaarlijkse Kerstvieringen. De tijd vliegt en voordat we er erg in hebben, dompelen we ons al in kerstsfeer.

Het bestuur van de Seniorenvereniging Asten en Ommel biedt haar leden voor de allerlaatste keer in de Beiaard twee kerstmiddagen aan.

Die zijn op woensdag 14 en donderdag 15 december. De middagen beginnen elk om 13.30 uur en zullen eindigen rond 16.30 uur.

Het eerste deel zal traditiegetrouw bestaan uit een openingswoord van onze voorzitter, gebeden en gezang, het kerstverhaal en een lied of gedicht. Koffie, thee, krentenbrood en het heerlijke worstenbroodje zullen niet ontbreken. Daar zorgt de gastvrouwengroep wel voor.

Na de pauze kunt u bij een drankje genieten van zangeres Marie-Christien. Zij zal gaan optreden met een hartverwarmend kerst- en winterprogramma. Degenen, die haar kennen, weten dat er met de stem van Marie-Christien iets heel bijzonders op het programma staat.

Een week van te voren kunt u voor deze middagen een kaartje kopen voor de prijs van € 1,00 per stuk. De data van die kerstkaartjesverkoop volgt na dit artikel.

Het KBO-bestuur en natuurlijk ook onze werkgroep hopen van harte, dat veel KBO-leden dankbaar gebruik gaan maken van de mogelijkheid om Kerstmis samen met anderen te vieren, voor de allerlaatste maal in onze vertrouwde Beiaard. En ook om elkaar nog één keer te ontmoeten en samen afscheid te nemen van het jaar 2022.

Wat? Kerstmiddagen van Seniorenvereniging Asten en Ommel.
Waar? In de grote zalen van de Beiaard.
Wanneer? Op woensdagmiddag 14 en donderdagmiddag 15 december.
Tijdstip: Aanvang 13.30 tot 16.30 uur. De zaal gaat open om 13.00 uur.
Kosten? Entree op vertoon van het gekochte KBO-kaartje á 1,- per stuk.

* Kerstkaartjesverkoop.

Voor deze kerstmiddagen zijn, zoals alle andere jaren, kaartjes te koop.

Wat?	Kerstkaartjes verkoop.
Waar?	In de Lisse: van 09.30 tot 10.30 uur In Amaliazorg: van 10.00 tot 10.30 uur In de Beiaard: van 10.45 tot 12.00 uur
Wanneer?	Op dinsdag 6 december.
Kosten?	€1.-per kaartje.

Deze berichtgeving zal nogmaals in de laatste Luidklok van dit jaar, die van november, vermeld worden.

We hopen op een heel mooie opkomst van veel KBO-leden.

Namens de werkgroep Vieringen en Activiteiten: Inge Veenhuizen

Enquête voor leden (zie de gekleurde middenpagina's hierna)

Het bestuur van de Seniorenvereniging Asten en Ommel wil een enquête houden onder haar leden om een beter beeld te krijgen waar we ons als bestuur op moeten richten en waar we dingen kunnen verbeteren.

Op het moment heeft onze vereniging een 1400 tal leden en het ledenaantal is sinds 2016 aan het dalen en we willen middels deze enquête ook kijken of we deze afname kunnen stoppen.

In 2008 is er een laatste onderzoek geweest met als onderwerp : "Sluiten de aangeboden activiteiten wel voldoende aan bij de wensen en verwachtingen van de leden". Dit onderzoek is toen uitgevoerd middels groepsgesprekken en persoonlijke gesprekken en heeft toen geresulteerd in het opstarten van enkele nieuwe activiteiten, zoals het fietsen door de werkgroep de Trappers en wandelen door de werkgroep de Stappers.

De enquête die we nu willen houden bestrijkt een groter gebied en bevat vragen over :

- 1) Wonen en zorg
- 2) Mantelzorg, professionele zorg en WMO
- 3) Toegankelijkheid en mobiliteit
- 4) Gemeente Asten
- 5) Onze vereniging

Alle vragen zijn optioneel en er is geen verplichting om een vraag te beantwoorden. Als een vraag niet van toepassing is of u heeft geen mening of u wil een vraag niet beantwoorden kunt u deze vraag overslaan en naar de volgende vraag gaan.

De enquête is anoniem en de resultaten ervan zullen als zodanig worden gebruikt.

Er zijn 30 vragen, waarvan een groot gedeelte gebaseerd op een waardering (van 1 t/m 10) en een gedeelte open vragen. Het invullen ervan zal max. 20-25 minuten duren.

Bij de waarderingsvragen kunt u uw antwoord omcirkelen of aankruisen. Er is maar beperkte ruimte voor het schrijven van tekst bij de open vragen en het verzoek om zelf een eigen vel papier bij te voegen als u meer informatie wil vermelden als wat er op het vragenformulier past.

U kunt de enquête invullen tot 1 december 2022 en die kan ingeleverd worden in de brievenbus van de Beiaard. De enquête is ook digitaal in te vullen op : <https://www.surveio.com/survey/d/A6U5V7F4E3R1K7T4E>

Het bestuur van de Seniorenvereniging Asten en Ommel

De Trappers traptten nog even door

Het was even spannend, op dinsdag 28 september de hele dag regen en een weersvoorspelling die alle kanten uit kon.

Om 10:00 uur scheen het zonnetje en we hoopten dat de voorspelde buien net ergens anders zouden vallen als wij fietsten.

Dat lukte en zonder nat te worden keerden we na 50 km weer terug bij de Beiaard. De route liep via Voordeldonk, de Leensel, Liessel, randje Neerkant naar Meijel. Na een drinkpauze in Neerkant kwamen we bij camping en forellenvijver Frerichsoord in Meijel. Hier konden we onze boterhammen opeten, koffie drinken en ook nog een kop soep en broodje kroket krijgen (kopen). Het was er gezellig bij de brandende houtkachel.

Via het buitengebied van Meijel en de Heitrak fietsten we weer naar Asten. Bij de nieuwe rotonde bij de Buizerd pauzeerden we nog even voor wat fruit of om wat te drinken. Daarna naar Heusden en Asten waar de donkere wolken mooi langs ons heen gingen. Wederom een mooie fietstocht van zo'n 50 km.

Theo Martens.

Aanvang wandelseizoen de Trappers 2022/2023

Het wandelseizoen gaat weer beginnen. Iedere tweede en vierde woensdag van de maanden november tot en met maart gaan we wandelen.

We verzamelen bij de Beiaard en vertrekken daar om 9.30 uur. De tochten zijn ongeveer 6 à 7 kilometer en gaan over goed begaanbare wegen



en paden. Ongeveer halfweg houden we een kleine stop om even te rusten en wat te eten en te drinken (zelf meenemen). Rond de klok van 12.00 uur zijn we weer bij de Beiaard terug en kunnen daar eventueel nog een kopje koffie drinken.

De wandelingen beginnen bij de Beiaard, maar we rijden dan met auto's naar het startpunt van de wandeling. Het startpunt van de wandeling ligt meestal in een van de buurgemeenten (Someren, Deurne, Heeze enzovoort). Deelnemers betalen een kleine vergoeding van twee euro aan de rijder.

Informatie: Peter Verweijen, 06-36295860.

Collectieve inkoopactie isolatie, glas en ventilatie

Wilt u besparen op uw energierekening, dan kan het helpen om uw woning beter te isoleren. Weet u niet waar te beginnen of ziet u op tegen het uitzoekwerk? Doe dan mee met de collectieve inkoopactie isolatie van Susteen in samenwerking met de gemeente Asten.

De gemeente Asten helpt inwoners graag bij het verduurzamen van hun woning. Daarom bieden we woningeigenaren een collectieve inkoopactie isolatie aan. Voor deze collectieve inkoopactie werken wij samen met Susteen, een bedrijf dat is gespecialiseerd in energieadvies en verduurzaming. Door met meer mensen tegelijk in te kopen, kan er bespaard worden op de prijs. Susteen regelt de offertes en ontzorgt u tijdens het inkooptraject.

** Hoe gaat dit in zijn werk?*

Een energie-expert van Susteen komt bij u thuis. Hij bekijkt de mogelijkheden van uw woning en bespreekt uw wensen. Hierbij wordt gekeken naar gevel-, vloer- en dakisolatie, HR++ glas en uw ventilatie. Op basis van dit bezoek maakt de expert een advies, dat u binnen twee weken per e-mail ontvangt. Voor dit uitgebreide advies vragen we een eigen bijdrage van €30.

** Persoonlijk advies én vrijblijvende offertes.*

Bij het advies ontvangt u per geadviseerde isolatiemaatregel een offerte van een geselecteerde uitvoerder. Het voordeel hiervan is dat u exact weet wat de kosten zijn en u direct en concreet aan de slag kunt. Landelijke subsidies worden ook in kaart gebracht. Zo krijgt u bij één isolerende maatregel 15% subsidie. Bij twee of meer isolerende maatregelen krijgt u zelfs 30% van uw investering terug. De offerte is uiteraard vrijblijvend en verplicht u tot niets.

** Maatregelen financieren.*

Isolerende maatregelen verdienen zichzelf terug, zeker als de energiekosten hoog blijven. Zoekt u nog naar financieringsmogelijkheden? Het Warmtefonds kan u tegen

aantrekkelijke voorwaarden en zonder verborgen kosten helpen bij het financieren van energiebesparende maatregelen via de Energiebespaarlening. Er is voor bijna iedere situatie een lening beschikbaar. Check wat u kunt lenen via: www.warmtefonds.nl/particulieren. Het Warmtefonds biedt verantwoorde en betaalbare financiering en werkt in opdracht van de Rijksoverheid. De expert van Susteen vertelt u hier graag meer over.

* *Meedoen?*

Wilt u deze winter al profiteren van een lagere energierekening? Meldt u dan vandaag nog aan via de QR-code hiernaast of ga naar www.susteen.nl/acties/asten. Aanmelden kan tot 15 november 2022. We hopen dat u meedoet.

Manon Meeuws-van der Heijden.

Communicatieadviseur klimaat en energie, gemeente



Zittingsmiddag De Klot voor senioren

Het wordt een vermakelijke middag met jong talent, oude bekenden en cabaret van hoog niveau. Datum: zondag 6 november, aanvang 14.00 uur. De zaal gaat een uur voor aanvang open.

Deze zittingsmiddag wordt gehouden in de voormalige St. Jozefkerk (ingang via De Beiaard, Pastoor de Kleijnhof 21, Asten). D'Asteiner Bloaskapel zal, onder leiding van Loek Sonnemans, de muziek verzorgen. Verder treden in willekeurige volgorde voor u op: Tonprater Boy Jansen, Lekker & Lekker, Familous Four (kleinkinderen Ten Thije), Damiën Goossens, Kuub, d'Aauw prinsen van de Klot en dansgroep Up Side Down.

De voorverkoop voor deze middag is op vrijdag 21 oktober tussen 11.00 en 12.00 uur bij Residentie Jan van Hoek. Een kaartje kost voor Klotleden € 7,50. Graag uw Klot-lidmaatschapsbrief meenemen. Bij een enkelidmaatschap kan er een toegangskaart met korting gekocht worden. Voor niet-leden kost een kaartje € 10,00. Kaartjes zijn daarna te koop voor € 10,00 bij de Primera in de Midas. Let op: deze voorverkoop geldt alleen voor kaarten voor de zitting van zondagmiddag 6 november. Natuurlijk bent u ook gewoon welkom op een van de andere zittingsavonden. Data: 11, 12, 17, 18 en 19 november. Deze avonden starten om 20.00 uur. De entreeprijs is € 11,- voor leden, voor niet-leden € 15,-.

Hanneke Hurkmans, carnavalsvereniging De Klot.

De winter wijzer tegemoet

Het lijkt erop dat menigeen deze winter voor een keus komt te staan: aanpassen of warm, maar arm.

Toch vreemd. Nog geen anderhalve generatie geleden hadden we een kolenkachel in de huiskamer en bloemen op de ruiten in de slaapkamer. En we voelden ons niet zelig. En dan te denken dat de winters kouder waren. hoe verwend zijn wij dan wel niet geworden? Hoe heeft de hoorn des overvloeds gemaakt dat we niks meer kunnen hebben, dat we niet meer inventief zijn, dat we moeite hebben ons aan te passen?

Het duurt even, maar je kunt je lichaam prima laten wennen aan een lagere omgevingstemperatuur. En dan onze kleding, kijk eens naar vroeger. Een borstrok over een onderhemd en bij vrouwen ook nog eens een korset. Een onderjurk onder een jurk, warme truien, dikke vesten, warme kousen en lange onderbroeken. Helemaal niet gek en we kunnen dat op een modernere manier best nadoen. Leggings, thermo-ondergoed, maak gebruik van warmere kleding. Het leuke bloesje, hippe shirtje komt in het voorjaar wel weer aan de beurt. Een lekker dik vest en warme pantoffels als je voor de tv gaat zitten.

Electrische dekentjes kosten weinig, gebruiken niet veel stroom en je kunt er een warme relatie mee krijgen. Niet alleen in bed, maar ook op de bank, in je luie stoel, onder lekkere plaids. Plaids die trouwens ook inzetbaar zijn om je genoeglijk in te wikkelen op de bank.. Goedkoper dan de thermostaat hoger zetten. Voor mensen met zonnepanelen zijn elektrische dekens en elektrische kacheltjes nog veel voordeliger. Misschien moeten we eens anders kijken naar deze energiecrisis. Misschien is het voordeel ervan dat we een wake-up call hebben gekregen, omdat we veel te gemakzuchtig en kwistig zijn omgegaan met onze grondstoffen. Onze kinderen en kleinkinderen met de gebakken peren achterlatend. Of nee, wellicht met de rauwe.

Kom op, ga de winter wijzer en gewapend tegemoet!

Erneste Mulder.



Administratie



Administratie, ooit moet het gebeuren. Vaak wordt het uitgesteld tot het niet anders meer kan. Je kunt de post al selecteren in stapeltjes. Een stapeltje met goedaardige enveloppen, die zien er niet dreigend uit en hebben meestal een vreedzaam postzegeltje op de buitenkant. Kun je direct openen dus. Op geboorte en rouwkaarten moet uiteraard wel snel gereageerd worden, in tegenstelling tot de dankbare post voor je verjaardag.

Dan is er een stapeltje enveloppen, waarvan je zeker weet dat er een rekening in kan zitten. Voorlopig even uitstellen, denk je dan. Automatische betalingen (een zegen voor de mensheid) kun je op een soort van moederstapel leggen en veel later naar de zolder brengen. Soms liggen er nog enveloppen op de fruitschaal die na opening daar terecht zijn gekomen en al niet meer van toepassing zijn. Weggooien die handel. Dat is de fijnste post. Over alle reclamepost maar niet te spreken die kan zonder pardon gedumpt worden bij het oud papier. Soms komt er post waar ronduit een dreiging van uit gaat, die kan voorlopig even achter het gordijn op de vensterbank om later, op een helder moment, verder te onderzoeken. Vervolgens zijn er brieven die je gouden bergen beloven, je hoeft maar een kleinigheidje te doen, iets in te vullen en het geld stroomt binnen. Diréct bij het oudpapier leggen, dunkt me. Als er een envelop van de belasting binnenkomt, begint je hart te bonzen en durf je die niet zonder meer te openen, betalen moet je toch, ook al stel je dat zo lang mogelijk uit.

Het ergste zijn de brieven wanneer je iets moet gaan invullen, je hersens blokkeren volledig. Geboortedatum, naam en adres lukt nog wel, man of vrouw ook nog wel. Maar dan je BSN-nummer, je wachtwoord, je pasnummer een account aanmaken, je rekeningnummer, je verzekeringsnummer je DigiD, je pincode, je e-mail, je mobiele telefoonnummer etc. Snel af te handelen post heeft voorrang: APK keuring voor je auto direct regelen. Oproep controle huisarts direct regelen. Afspraak voor je zoveelste coronaprik, snel bellen en minutenlang in de wacht staan. Mensen die ieder dag opnieuw hun post openen en die beantwoorden, invullen en terugzenden, grenst aan het onwaarschijnlijke. Helden zijn het.

Anny Ermers.

Kleuterlogica

Een kind was aan het tekenen. Opmerking van de juf: 'Nou, jij hebt wel talent!' Reactie kleuter: 'Niet, dát is een prins.'

Op de speelplaats mocht een meisje met de tuinslang sproeien. Haar opmerking: 'Ik mag thuis nooit met papa's spuit spelen!'

Ik had een appel geschild en in stukjes gesneden en vroeg aan een kleuter die naast me zat of ze ook een stukje lustte. Ze antwoordde dat ze dat wel wilde. Ik gaf haar een stukje en ze zei: 'Ja, maar nouú niet!'

De hoogste klas droeg een stuk voor en de kleuters waren toeschouwers. Een kleuter sprak wijs: 'Nou, die spelen wel goed zeg.'

'Kom maar gezellig hier bij mij zitten,' zei de juf. De kleuter reageerde: 'Ik weet wel waarom je mij wil hebben, omdat ik alles doe, wat jij zegt.'

Tijdens een spel buiten zegt de ene kleuter tegen de andere: 'Zó moet dat niet, jij doet altijd zo lomp denken.'

Kinderen waren druk aan het werk. Een meisje zat wat voor zich uit te kijken. De juf zei: 'Nou meisje, jij steekt ook geen vinger uit.' Triomfantelijk stak ze haar middelvinger omhoog. (in alle onschuld.)

Tijdens de kermis op een terras gaf een dronken man complimentjes aan een kleuter, omdat die zogenaamd op zijn fiets had gepast. Waggelend en brabbelend liep ie met de fiets weg.

'Ik weet wel wat die meneer is hoor.'

'Ja? Wat dan?'

'Die meneer is geestelijk gehandicapt.' Knap bedacht. We legden uit, dat het kwam omdat die meneer te veel biertjes had gedronken.

'Gaaf dat dan nooit meer over?' vroeg ze bezorgd.

Een kleuter komt thuis na de eerste schooldag. 'En, was het leuk op school?' vroeg de moeder.

'Ja, ik denk dat ik nog een keertje terugga.'

Een kleuter niesde en haar neusje zat vol met snot. 'Ojee, nou heb ik er langs geknoeid.'

Hoeveel is 5 keer 20? Onmiddellijk antwoord: Honderd!.

'Hè? Hoe wéét je dat?'

'Gewoon, een gokje.'

Anny Ermers.



Even tussendoor

Vandaag staat er een ziekenhuisbezoek gepland, zomaar midden tussen de werkzaamheden door van deze Luidklok. Best wel een serieus bezoek, want vanmiddag wordt er een van huidkanker verdacht plekje op mijn neusvleugel verwijderd. Eerst nog even snel lunchen en dan op naar het ziekenhuis.

Zodra ik me meld, mag ik al meteen doorlopen naar de behandelkamer. Fijn, want ik ben heel slecht in wachten. Een lieve verpleegster laat me op een bed plaatsnemen en in een mum van tijd lig ik, ingepakt in steriele doeken, helemaal klaar voor de dermatoloog. Ook zij laat niet lang op zich wachten en voordat ik het weet zit de, best wel pijnlijke, verdovingsspuit er al in. Die moet natuurlijk even inwerken, maar dan kan de dermatoloog met uiterste precisie het bewuste plekje weg gaan snijden. Het blijft vreemd dat je daar niks van merkt, behalve dan dat het voelt alsof iemand een beetje aan je huid zit te trekken.

Voordat de hechtingen erin gaan, worden eerst de hele kleine bloedvaatjes dicht gebrand, om een nabloeding te voorkomen. Na de hechtingen volgen de hechtstrips, een drukverband en tot slot een pleister en klaar is Kees of in dit geval Marie-Louise.

Het lijkt een operatie van niks, maar ik moet toch echt een week rustig aan doen, mag niet bukken, niet sporten en geen klarinet spelen en dat is niks voor mij. Maar ik weet waar ik het voor doe en dus ga ik niet zeuren en me heel netjes aan de regels houden. Een week is nu ook weer geen eeuwigheid. Over anderhalve week krijg ik te horen of de snijranden schoon zijn. Als dat zo is, dan spring ik een gat in de lucht. Mocht dat niet zo zijn, dan volgt een tweede operatie. Och weet je, het is fijn dat deze ingreep bestaat en dat zo'n plekje niet de kans krijgt om door te woekeren. Bij mij komt het in ieder geval weer goed en daar ben ik heel dankbaar voor. En als bonus heb ik nu ook een extra verhaal voor deze Luidklok die over een tijdje weer bij jullie op de mat valt als ik tenminste nu nog even stevig met ons seniorenblad aan de slag ga.

Marie-Louise.

Activiteiten woonzorgcentrum De Lisse

In De Lisse vinden wekelijks diverse activiteiten plaats. Ook niet-bewoners kunnen deelnemen aan deze activiteiten. Bij de activiteiten achter in deze Luidklok vindt u een overzicht van de diverse activiteiten.

Voor meer informatie: Susan Swinkels, begeleider welzijn Savant De Lisse. E-mail: s.swinkels@savant-zorg.nl.

Activiteiten vanaf 1 november t/m 1 december 2022

Kijk voor KBO-activiteiten, nieuws en achtergrondinformatie, foto's van eerdere activiteiten en de complete Luidklok ook eens op www.kbo-astennomel

Activiteiten Seniorenvereniging Asten en Ommel	
Spellenmiddag	Maandag 14 november spellenmiddag in de huiskamer van de Beiaard Van 13.30 tot 16.00 uur.
KBO-ontmoetingspunt.	Elke dinsdagmorgen van 10.00 tot 12.00 uur bij café van Hoek.
Liederentafel met Toffel 4.	Maandag 7 november in de spiegelzaal van de Beiaard.
Koersballen.	Iedere maandag van 13.45 tot 16.00 uur.
IVN wandeling voor senioren	Woensdag 9 november van 13.30 tot ± 16.30 uur. Herbertusbossen. Vertrekpunt crematorium Heeze.
IVN wandeling voor senioren	Dinsdag 22 november van 9.30 tot ± 12.30 uur. De Berken. Verzamelen De Berken Ommel.
De Stappers	Zondag 20 november en donderdag 24 november. Start het mooie dorp Liempde.

Blijf Actie(f) Ommel	
Programma voor de woensdag	
Elke woensdag	9.30 uur tot 11.30 uur CREA onder leiding van Betsie Jansen
	12.00 uur gezamenlijke maaltijd verzorgd door 't Lijssels Vertier.
	13.30 uur activiteitenmiddag voor elk wat wils.
Laatste woensdag	13.30 uur activiteitenmiddag voor elk wat wils.

Wekelijkse activiteiten in De Beiaard	
Buurtkamer	Elke maandag van 9.30 uur tot 11.45 uur –
Koersbal	Elke maandag van 14.00 tot 16.00 uur in de grote zaal.
Alzheimer Café Peelland	Elke 1 ^e dinsdag van de maand. Zaal open vanaf 19.00 uur.
Ouderenvereniging Nooitgedacht	Elke dinsdag- en donderdagmiddag biljarten van 13.00 tot 17.00 uur
Ouderenbridge	Elke dinsdag. Aanvang 13.15 uur. Inschrijven vanaf 12.45 uur
Rikconcours	Elke vrijdag. Aanvang 13.30 uur. Inschrijven vanaf 13.15 uur
Activiteiten in De Lisse	
Handwerken	Maandag van 14.30 tot 16.00 uur. Restaurant.
Diamond painting	Maandag van 14.30 tot 16.00 uur. Koffiecorner. Eigen spullen aanschaffen.
Geheugentraining	Dinsdag van 10.30 tot 11.30 uur. 2 ^{de} etage. 2 euro per maand.
Sjoelen en Rummikub	Dinsdag van 14.30 tot 16.00 uur. Restaurant.
Gym (De Lisse)	Woensdag van 10.30 tot 11.30 uur. 3 ^{de} etage.
Geheugentraining	Woensdag van 10.30 tot 11.30 uur. 2 ^{de} etage. 2 euro per maand.
Rikken	Woensdag van 14.00 tot 16.30 uur. Koffiecorner. 1,50 euro per middag
Breien	Woensdag van 14.30 tot 16.00 uur. Restaurant.
Crea	Donderdag van 10.15 tot 11.30 uur. 2 ^{de} etage. 6 euro per maand.
Geheugentraining	Vrijdag van 10.30 tot 11.30 uur. Restaurant. 2 euro per maand.
Koersbalvereniging	Vrijdag van 14.30 tot 16.00 uur. 3 ^{de} etage. 2 euro per maand.

Colofon

<u>Bestuur:</u>		
<u>Voorzitter:</u>	Theo Martens theomartens@hotmail.nl	tel. 06-57039513
<u>Secretariaat:</u>	Guus Zeebregts. Henk van Kessel secretariaat.sv.asten.ommel@gmail.com	tel. 0493-692629 tel. 0493-697364
<u>Penningmeester:</u>	Connie van Bussel	tel. 06-54907255
<u>Leden:</u>	Annette Swenker Arnold Spijker Tiny Leenders -van den Beuken	tel. 06-43550475 tel. 06-22881100 tel. 06-37291318
<u>Cliëntondersteuners:</u>	Ad van Grootel Koene Scheepstra	tel. 0493-693365. tel. 06-24300377
<u>Vrijwillige Ouderenadviseur:</u>	Jan Bosch, jangmbosch@kpnmail.nl	tel: 06-23509999,
<u>Ledenadministratie:</u>	Rina Slaats rinaslaats@gmail.com	tel. 06-25350565
<u>Klussendienst:</u>	Jan van Oorschot	tel. 0493-692576
<u>Belastinghulp:</u>	ledere eerste vrijdag van de maand van 9.00 tot 11.00 u (Alleen na afspraak. Bel hiervoor tel. 0493-671234 's ochtends of 's middags op maandag t/m donderdag)	
<u>Sociaal Team Asten:</u>	Loket: maandag, dinsdag en donderdag 9.00 u. – 12.00 u. De Beiaard - Pastoor de Kleijnhof 21 Asten. Telefonisch: maandag tot en met vrijdag van 9.00 tot 17.00 uur 0493-671234 Website : www.sociaalteam-asten.nl Mail: sociaalteam@asten.nl	
<u>Rekeningnr. KBO Asten/Ommel:</u>	NL21RABO0103630597	Rabo Asten
<u>Website KBO:</u>	www.kbo-astennomel.nl	
<u>De Luidklok:</u>		
<u>Eindredactie:</u>	Marie Louise Klomp marie-louise.klomp@planet.nl	tel. 0493-695721
<u>Redactielid:</u>	Mieke Martin	tel. 0493-692203
<u>Redactieadres:</u>	Gre Döpping deluidklok@gmail.com	tel. 0493-692052
<u>Lay-out:</u>	Frits Sannen	tel. 0493-693028

Op zoek naar leuke activiteiten?

Dan zijn onze dagactiviteiten iets voor u!



Vindt u het moeilijk om uw dag op een goede manier in te vullen? Of komt u de deur niet meer zo makkelijk uit?

Dan zijn de dagactiviteiten van Hof van Bluyssen misschien iets voor u.

Een gezellige en huiselijke omgeving

Samen met 8 tot 10 leeftijdsgenoten brengt u de dag op een gezellige en aangename manier door in een huiselijke omgeving.

Er is voor elk wat wils

U geeft aan wat u leuk vindt en wij regelen activiteiten die bij u passen. Wij zijn pas tevreden als u een leuke dag hebt gehad.

Amaliazorg biedt in Asten de mogelijkheid om deel te nemen aan dagactiviteiten.

Dit is een combinatie van dagbesteding en ontspanning voor thuiswonende ouderen.

Hoe zien de dagactiviteiten eruit?

- één of meerdere dagen per week
- maandag t/m vrijdag van 10.00-16.00 uur
- begeleiding door vaste medewerkers
- gezamenlijke lunch of warme maaltijd
- gedeeltelijke vergoeding mogelijk
- gevarieerde activiteiten (buiten en binnen)

Reactie ZorgkaartNederland 30 maart 2020

"Mijn vader nam deel aan de dagactiviteiten.

Daar wordt liefde en aandacht gegeven aan de deelnemers. Zowel door de medewerkers als de vrijwilligers. Er worden leuke spellen gedaan, gezongen en geknutseld. Hij zat altijd op tijd klaar voordat de taxi er was. Dat geeft wel aan hoe graag pap daar naar toe ging."

Wilt u meer informatie? Neem dan contact op.

Amaliazorg Hof van Bluyssen

Wilhelminastraat 29, 5721 KG Asten

telefoon 0499 365959

(vraag naar het cliëntservicebureau)

e-mail cliëntservicebureau@amaliazorg.nl

website www.amaliazorg.nl



oogwereld

10% KORTING
OP EEN COMPLETE BRIL*

*Vraag in de winkel naar de mogelijkheden en voorwaarden.