



Aalter Senioren Vereniging

Redactie;

Martin Asveld

Wilma Plugers

martinasveld44@gmail.com T: 06-54967029

Albertus62@outlook.com

Oproep aan alle leden die van het bridgespel houden!

Wij, ASV/KBO hebben op dit moment ruim 470 leden. Vele leden houden van het mooie bridgespel maar willen niet 's avonds en wekelijks bridgen.

Daarom gaan wij vanaf september starten met een bridgemiddag op de eerste dinsdag van de maand (bij voldoende deelname).

Wij spelen dan van september tot en met maart 2025.

Per keer krijgt u na afloop de uitslag en de winnaars een prijsje.

Kosten deelname €1,00. Heeft u interesse dan kan u zich nu al aanmelden bij Wilma Plugers Albertus62@outlook.com. Eind augustus ontvangt u dan een mail met verdere gegevens zoals aanvang en einde. **DOET U MEE??**

Voor alle leden die het bridgespel willen leren

Wij horen regelmatig dat er leden zijn die graag iets meer over het bridgespel willen weten. Op internet staat een gratis bridgecursus die te volgen is in uw eigen tempo en wanneer het u uitkomt, in uw huiskamer. Er is helemaal geen verplichting. De cursus is bedoeld voor beginners die geen enkele ervaring hebben met bridge. U krijgt ook een persoonlijke coach indien gewenst. Daarnaast willen wij, ASV/KBO, ondersteuning geven en bespreken, op een dinsdag of donderdagmiddag, wat u geleerd heeft. Ook uw vragen kunnen wij dan beantwoorden en u meer vertellen over waar en wanneer u kunt bridgen.

Heeft u hiervoor belangstelling neem dan contact op met Wilma Plugers, Albertus62@outlook.com. De cursus staat op internet "WWW.Bridgeservice.nl" <https://www.bridgeservice.nl/Bridgeservice-cursus.html> (knop ctrl plus klikken voor opening, soms duurt het even)

Themamiddag Wonen en Zorg 7 mei vanaf 13.30 in het Huis van Waalre met gastspreker Jan Slagter.

De Kring KBO Waalre organiseert samen met de PVGE en Seniorenraad een vervolgsessie mbt het thema wonen en zorg.

Het exacte programma is nog niet bekend maar zeker is dat Jan Slagter van omroep Max een inspirerende lezing zal geven over ouderenzorg in zijn algemeenheid en de samenwerking tussen zijn organisatie en KBO Brabant.

Deze bijeenkomst is een vervolg op eerdere bijeenkomsten maar nu zullen ook de verdere ontwikkelingen op dit gebied gepresenteerd worden.

De bijeenkomst is gratis toegankelijk en we verwachten een grote opkomst gezien het belang van het onderwerp.



Onze vaste activiteiten in het HAZZO

In het seniorencafé 't Hazzo kunt u op maandag, woensdag en donderdag tussen 10.00 -12.00 uur en 13.30 -17.00 uur terecht voor een kopje koffie en een praatje.

Koersballen en handwerken

Iedere maandagmiddag koersballen, handwerken en ontmoeten vanaf 13.30 uur in 't Hazzo. Of kom gewoon eens binnen lopen voor een praatje en een kopje koffie.

Kaarten en een frietje eten

Op donderdagmiddag **kaarten in 't Hazzo**, aanvang 13.30 uur, kosten €3,50. Na afloop kan u gezellig aan tafel schuiven om samen een frietje met een snack te eten, kosten €5,90. Iedereen is welkom ook als je niet mee hebt gekaart 's middags.

Seniorengym

Op woensdagmorgen gymmen wij van 09.00-10.00 of van 10.00-11.00 met daarna gezellig koffiedrinken. Kom eens kijken en doe gezellig mee.

Consumptiebonnen kopen

Op donderdagmiddag kan u consumptiebonnen kopen in 't Hazzo.

Zo is uw koffie/thee of drankje goedkoper.

Een gele bon is voor koffie/thee prijs €1,70,

Een blauwe bon is voor fris en bier, prijs €2,40

Een gouden bon is voor wijn of speciale bieren prijs €3,50.

Deze bonnen kan u gebruiken in het Hazzo, zo is uw consumptie goedkoper.

Voor al je betalingen altijd NL 89 RABO 0101 1021 35 t.n.v. KBO Aalst en o.v.v. de activiteit

Cursus Valpreventie door Beusen en Foudraine

In April wordt de cursus Vallen Verleden Tijd (VVT) weer aangeboden. Vallen Verleden Tijd is een valpreventieprogramma ontwikkeld door de Sint Maartenskliniek. Het is een programma voor thuiswonende ouderen van 65 jaar en ouder met een verhoogd valrisico die 15 minuten kunnen lopen zonder loophulpmiddel. Het doel is: voorkomen van valongevallen bij ouderen door het herkennen van valgevaarlijke situaties, het verminderen van valangst en het verbeteren van het activiteitsniveau en de balans.

Vallen Verleden tijd is een groepsprogramma voor maximaal tien ouderen. Er zijn tien bijeenkomsten van 1,5 uur die twee keer per week plaatsvinden.

Wilt u het hele programma lezen ga dan naar onze website ASV/KBO daar staat het programma, de kosten en wat en wanneer u deze kunt vragen bij de zorgverzekering.





WOENSDAG 3 APRIL DARTEN EN SJOELWEDSTRIJD



Wie zin heeft kan gezellig een spelletje meespelen, iedereen kan het!! Kom ook.
Aanvang 14.00 uur, zaal open 13.30 uur.

NIEUW!!! SJOELEN.

Waarom zou u gaan sjoelen?

Sjoelen heeft tal van voordelen voor zowel de fysieke als de mentale gezondheid. Het kan helpen om de hand-oogcoördinatie en fijne motoriek te verbeteren, lichte lichamelijke activiteit te bieden, cognitieve functies te verbeteren, sociale verbinding en plezier te bieden en ontspanning te bieden. Dus waarom niet eens een potje sjoelen spelen met vrienden of familie. Iedereen is welkom.

Op maandagmiddag 3 april staan er enkele sjoelbakken in het Hazzo klaar en spelen wij een wedstrijd. Wie de meeste punten heeft na afloop ontvangt een leuk prijsje.
Aanvang 14.00 uur, zaal open 13.30 uur.

WOENSDAG 10 APRIL ALGEMENE LEDENVERGADERING

De vergaderstukken worden tijdens de vergadering uitgereikt en kunnen vanaf 1 april opgevraagd worden bij de secretaris, José van Kleef.

Agenda

1. Opening en welkom
2. Vaststellen notulen algemene ledenvergadering dd 5 april 2023
3. Algemeen jaarverslag
4. Financiën:
 - Jaarverslag van de penningmeester
 - Verslag kascommissie 2023
 - Benoeming kascommissie 2024
 - Vaststellen begroting 2024
 - Contributie 2025
5. Bestuursverkiezing
 - De heren Baselmans en Strijbos zijn statutair aftredend en beiden zijn herkiesbaar.
 - Het bestuur stelt voor mevrouw Lian Verschuijten te benoemen als bestuurslid
6. Rondvraag
7. Toelichting over de website van ASV door Michael Janssen, vooral gericht op toegang en de mogelijkheden voor de gebruiker
8. Sluiting



DINSDAG 16 APRIL FIETSEN

Bij goed weer gaan wij weer fietsen. Wij vertrekken vanaf de hoofdingang het Hazzo, Prunellalaan 7. Wij vertrekken om 10.30 uur.

WOENSDAG 17 APRIL MUZIEKMIDDAG MET SCHUURMANS EN SCHUURMANS MET EEN WARM/KOUD BUFFET

Schuurmans & Schuurmans brengen u op een sfeervolle wijze een geweldige middag met een interactief muzikaal programma.

Na afloop gaan wij met zijn allen gezellig aan tafel voor een warm/koud buffet. Zie bijlage voor aanmelding.



WOENSDAG 24 APRIL KIENEN



Wie gaat er deze middag met de prijzen vandoor? Het is iedere keer spannend, nog een nummertje en dan? Aanvang 13.30 uur, zaal open 13.00 uur. Er zijn weer leuke prijsjes te winnen.

VRIJDAG 26 APRIL BOWLEN

Inmiddels hebben wij iedere maand een groep enthousiaste Sportievelingen die elkaar juichend toeroepen als iemand een Spare of strike heeft gegooid maar ook troosten als het eens mis gaat. Bowlen is een actieve sport voor iedereen, jong en oud. Doordat je bij iedere worp in beweging bent, werk je aan je conditie en houdt je de spieren soepel.

Omdat het een sport is waarbij inspanning samen gaat met ontspanning is deze sport ook uitstekend geschikt voor senioren.



Wij proberen met vier personen op een baan te spelen zodat u vaak 3 games kunt spelen. Iedere laatste vrijdag van de maand, met uitzondering augustus en december bowlen wij in Valkenswaard, de gezelligste bowling van het Zuiden van 14.00 uur tot 15.30 uur.

Na afloop komen wij nog even gezellig bijeen en krijgt de beste bowler van die dag een prijsje.

Kosten €8,00 voor 1,5 uur. Betalen en aanmelden **voor 20 april o.v.v. Bowlen**. Voor meer informatie mail naar Albertus62@outlook.com.

Overleden lid: J. Kuijken. Wij wensen de nabestaanden heel veel sterkte.

Nieuwe leden:

Mevr. Smits, Dhr. Kwaks en Dhr. Strien.

Wij hopen u binnenkort te mogen begroeten bij een van onze activiteiten.



IEDERE DONDERDAG WANDELEN MET EN OEFENINGEN MET AD FOUORAINE, FYSIOTHERAPEUT

Op donderdag wandelt Ad Foudraïne van Fysiotherapie Beusen Foudraïne naar de bossen rondom Aalst . U bent te allen tijde van harte welkom om geheel kosteloos aan te sluiten. Aanvang 10.30 uur tot 11.30 uur. Start vanaf locatie Anna Paulownalaan 2 te Aalst Waalre.



Maatjescarrousel



Wilt u graag nieuwe mensen leren kennen, een maatje om mee te kletsen, om mee te wandelen of samen een (nieuwe) hobby uit te oefenen?

Op dinsdag 30 april organiseren gemeente Waalre en Goed voor Mekaar Waalre weer een maatjescarrousel. Een gezellige middag waar u een maatje kunt ontmoeten. U voert meerdere korte gesprekken met verschillende mensen om te kijken of er iemand bij is met wie u wat vaker zou willen afspreken. We sluiten gezamenlijk af met een kop soep en een broodje.

- Voor wie** : Iedereen die een maatje/vriendschap zoekt of een maatje wil zijn voor een ander
- Wanneer** : Dinsdag 30 april 2024 van 14.00 tot 16.00 uur
- Locatie** : Het Huis van Waalre, Koningin Julianalaan 19 Waalre
- Kosten** : Deelname is gratis

Wat leuk dat u mee wilt doen!

Geef van te voren aan ons door dat u mee wilt doen. Dat kan via info@goedvoormekaarwaalre.nl of telefonisch via 06 25 76 24 22 (op werkdagen tussen 09.30-12.00). Geef daarbij aan naar wat voor soort maatje u op zoek bent. Bijvoorbeeld: "Ik zoek iemand om mee koffie te drinken, te wandelen of om mee te praten." Geef daarnaast aan wat uw hobby's zijn, leeftijd is en wat uw eventuele dieetwensen zijn. Dan houden we daar zoveel mogelijk rekening mee. Let op, er is een maximaal aantal plekken, vol = vol.

BUSREIS 21 MEI NAAR DE ZEEUWSE RIVIERA, DOMBURG

Op 21 mei hebben wij weer een fantastische busreis voor u georganiseerd en gaan wij flaneren in de prachtige badplaats Domburg. Zie voor meer informatie en aanmelding de bijlage of onze website ASV/KBO, activiteiten, busreis Domburg.



Ziekenbezoek of graag een bezoekje?

Bij langdurige ziekte kunnen alle leden van de KBO, indien dit op prijs gesteld wordt, een bezoek krijgen.

Ken jij iemand in jouw omgeving die langdurig ziek is, meldt dit dan bij Jacqueline Bouwmans, tel.nr. 06-29185361 of Marian Mevissen, tel.nr. 06-14479728. Zij zullen dan, na overleg met de zieke, een bezoek regelen.

Leden die slecht ter been zijn of om een andere reden niet van de deur komen, kunnen ook contact opnemen met deze dames. Zij komen u graag bezoeken!

Ook leden, die zo maar een bezoekje op prijs stellen, kunnen contact opnemen.

WOENSDAG 20 MAART LEZING OVER DE WENSAMBULANCE

Op woensdag kwamen twee enthousiaste vrijwilligers ons alles vertellen over de wensambulance. Ze hadden de wensambulance ook meegenomen en de aanwezigen konden er een kijkje in nemen.



Enkele weetjes over paaseieren eten

Paaseieren eten heeft te maken met de vasten. Tijdens deze weken van onthouding mocht niemand eieren eten, maar de kippen waren na de wintertijd net opnieuw aan de leg en dus niet meer te stoppen. Op het einde van de vasten waren er zo veel eieren over, dat ze op tijd gekookt moesten worden om niet te bederven. En zo werd het een traditie om met Pasen (beschilderde) hardgekookte eieren te eten.

Honderden jaren geleden stopten de boeren eieren onder de grond om de oogst te bevorderen. Zo is waarschijnlijk de traditie van het verstoppertje van eieren ontstaan.

En wist U dat...

Alle Nederlanders samen met de Paasdagen wel **32 miljoen eieren** eten?

en dat ruim driekwart van de mensen eerst de **oren** van een chocoladepaashaas afsnoept?



WIJ WENSEN U VOLIJKE PAASDAGEN EN DENK AAN DE ZOMERTIJD!!!!

