





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



Een graf in de natuur is groen, duurzaam en voor altijd

Bovendien vraagt een graf in de natuur geen onderhoud en zijn de kosten eenmalig. Informatiecentrum 't Veldhuys is dagelijks geopend van 13.00 tot 17.00 uur. Maak een afspraak voor een rondleiding en oriënterend gesprek.



Landgoed Hoeve Ruth
natuurbegraafplaats

Hazeldonkseweg 24 | 5756 PA Vlierden

0493 745474 | www.hoeveruth.nl | info@hoeveruth.nl

[facebook.com/natuurbegraafplaatshoeveruth](https://www.facebook.com/natuurbegraafplaatshoeveruth)



thuis in
Asten en
Someren

Informatie, advies, vervoer, ontmoeten
en bewegen voor senioren

- Dorpsondersteuning
- Maatjes
- Maaltijdservice
- Personenalarmering
- Automaatje
- Klussendienst
- Digitaal KomPAS
- Sport en bewegen
- Vrijwilligerscentrale
- Ouderenconsulenten

We doen nog veel meer. Benieuwd?
www.oniswelzijn.nl
(0493) 44 12 34 • Volg ons op

*De redactie behoudt zich het recht voor
om ingezonden artikelen te herschrijven,
in te korten of door te schuiven naar een volgende uitgave.*

Beste lezers	4
Van de voorzitter	6
Werkgroep Mantel-uit-dagen	7
Een impressie van "Vier de Lente"	8
Goed voor Elkaar	10
Dagtocht 4 juni	10
Samen uit eten, het was weer een succes	11
Verslag Alzheimer Café 7 mei	12
4 dagen stappen met de Stappers	14
Sport- en cultuurvouchers voor volwassenen	17
Onze overledenen	18
Veilig Verkeer (VVN)	19
Verslag Informatieavond notaris en apotheker van 2 mei	21
Vriendenloterij	24
Wandelen met De Stappers op donderdag 20 juni	25
Thuis in de kluis	27
Werkgroep Vieringen en Activiteiten	28
Stel je voor.... géén stroom!	30
Activiteiten vanaf 1 juni t/m 30 juni 2024	31



*Voor beëindigen lidmaatschap Seniorenvereniging bel vóór 1 januari
06-22 73 41 44 (ledenadministratie)*

Het lidmaatschap loopt van 1-1 t/m 31-12

*Voor wijzigingen van adres, bankrekeningnummer, telefoonnummer en/of
mailadres mail dit naar de ledenadministratie: advermeulen71@gmail.com*

Beste lezers

Perfectionisme

Hoe perfectionistisch we ook willen zijn, we worden altijd wel weer met de neus op de feiten gedrukt. Perfectionisme is een utopie!

Dat geldt voor iedereen maar in dit geval doel ik op onze eigen Luidklok. Ingezonden artikelen worden door ons gecheckt en nogmaals gecheckt.

Twee paar ogen zien meer dan een. En toch lukt het ons bijna elke keer niet om foutloos te zijn. En hoe raar het ook mag klinken: als

De Luidklok uitgebracht is dan zien we die foutjes wel. Waarom dán wel en bij het checken niet. Zegt u het maar ...!

Maar het kan nog gekker. Als we alle artikelen voor een uitgave verzameld en gecheckt hebben gaan ze naar Frits Sannen, onze man van de lay-out, die zijn ziel en zaligheid er in gooit om alles passend op de pagina's te krijgen en waar mogelijk plaatst hij er ook nog eens passende illustraties bij. Als hij daarmee klaar is krijg ik, als hoofdredacteur, de voorlopige versie alsnog een keer onder ogen om te controleren of het is zoals het hoort te zijn.

Natuurlijk heb ik altijd wel iets aan te merken, waarna Frits, zonder morren, de door mij gewenste veranderingen toepast. Daarna kan het geheel naar de drukker zodat De Luidklok op de door ons vastgestelde datum bij u in de bus ploft.

Nu komt het punt waarop de redactie haar excuses aan u moet maken, want De Luidklok verscheen de vorige keer een week te laat. En dat lag volledig aan ons. Nou ja, aan ons?

Na de laatste check had Frits de digitale versie naar de drukker moeten sturen, maar ergens is daar iets mis gegaan. Zullen we het maar op een black-out houden? De digitale versie bleek niet verstuurd en daarom trok de drukker aan de bel: waar toch de digitale versie bleef. Ja, dan gaan alle alarmbellen af en bleek de geplande verschijningsdatum niet meer haalbaar. Het werd dus een week later.

Perfectionisme? Dat moeten we maar snel terzijde schuiven. Laten we het maar houden op 'streven naar perfectionisme' met de wetenschap dat het altijd wel iets zal zijn.

Mag Frits, in de 12 jaar dat hij dit werk verricht, ook eens een foutje maken? Natuurlijk joh! Het foutje van Frits wordt hem zonder voorbehoud vergeven. En dan kan ik het niet nalaten om toch maar weer eens te zeggen: 't kan verkeren.



Lintjesregen

Vond u de 'lintjesregen' in Asten ook niet aan de magere kant? Van de totale regen vielen er slechts 2 druppels in Asten. Het waren er wel 2 die hun lintje ten volle hebben verdiend. Maar dat het aantal lintjes aan de magere kant was komt niet uit de lucht vallen, vind ik. En misschien dat het er nog minder worden want het



kost steeds meer moeite om aan vrijwilligers te komen. Als ik kijk naar onze eigen seniorenvereniging dan vind ik het aantal vrijwilligers nog niet tegenvallen. Wat me wel zorgen baart zijn de leeftijden van een aantal van hen. Daar zou verjonging achter moeten staan die t.z.t. de opvallende vacatures kunnen overnemen. Maar zie die maar eens te vinden. Zo zag ik in het clubblad van NWC een hele rits aan vacatures die door vrijwilligers nog ingevuld dienen te worden. Daar zal toch door een aantal mensen de schouders ondergezet moeten worden anders wordt het runnen van zo'n grote vereniging een onmogelijkheid. Wat het gevolg daarvan is laat zich raden. En dat zou onze vereniging ook zomaar kunnen overkomen.

Dus, mensen, als u al eens gevraagd wordt om deel uit te willen maken van een activiteitsgroep, denk daar dan eens serieus over na. Het vrijwilligerswerk kan zo veel voldoening geven. Bovendien, als u gevraagd wordt, ziet men in u wel potentie. Anders zou u niet gevraagd worden. Toch?

En om dit artikel in de sfeer van Koningsdag af te sluiten zeg ik:

“Lang leve de vrijwilliger. Hoera, hoera, hoera!”

Peter Berkvens, eindredacteur De Luidklok



Van de voorzitter

We willen allemaal gezond oud worden. In de weekend bijlage van het ED stond onlangs een mooi artikel. Daarin werden een aantal tips gegeven om gezond oud te worden:

- Groente, fruit, peulvruchten, noten, volkorenproducten en vis (alles vers) zijn allemaal heel erg gezond.
- Eiwitten. Als we ouder worden verliezen we spiermassa. Daarom moeten we steeds meer eiwitten innemen. Het Voedingscentrum bijv. beveelt 2 tot 3 eieren per week aan.
- Positief denken. Volgens onderzoek leven positief ingestelde mensen 7 jaar langer.
- Sociale contacten onderhouden. Ontmoet regelmatig vrienden, familie en kennissen. Het is belangrijk dat je meerdere mensen per dag spreekt.
- Wandelen. Een paar keer per week matig intensief wandelen zodat je hartslag en ademhaling omhoog gaan.
- Iets nieuws leren. De algehele conditie van je brein verbetert hierdoor. Cognitieve vaardigheden zoals leren en onthouden worden dan beter.
- Smeren. Maar ook onbeschermd de zon in. Dit laatste lijkt tegenstrijdig maar het is wel waar. Smeren is goed voor de huid en om huidkanker te voorkomen, maar de zon zorgt ook voor de aanmaak van de noodzakelijke vitamine D.

Ik denk dat het belangrijk is dat we deze tips ter harte nemen. Wie wil er niet gezond oud worden? Wij allemaal toch! En daar kunnen we zelf iets aan doen. Ook onze seniorenvereniging werkt er aan mee. Wij organiseren van alles wat voor ons ouderen het leven leuker en gezonder maakt. Ook de gemeente (overheid) doet er aan mee. Op dit moment is valpreventie een belangrijk item. Daarnaast is ook verkeersveiligheid belangrijk. We hebben vorig jaar een aantal opfriscursussen verkeersveiligheid georganiseerd. Veiliger met de fiets en scootmobiel aan het verkeer deelnemen en de (nieuwe) verkeersregels nog eens doornemen. Dit jaar komen die weer terug, dit keer georganiseerd door VVN (Veilig Verkeer Nederland). Ben je er de vorige keer niet aan toe gekomen dan ligt hier een nieuwe kans.

Ook tips als 'ga niet op een (gammel) trapje staan als je ergens niet bij kunt' – 'ruim losse kledjes op (ook al zijn ze nog zo mooi)', je kunt erover wegglijden en ongelukkig vallen. Dit zijn eenvoudige tips, maar wel heel belangrijk. Heel veel ongevallen vinden plaats binnenshuis. Het zijn vaak de kleine dingen die je opbreken (even vlug iets willen

afhandelen, even niet opletten, even met een paar dingen in de hand de trap af lopen). DOE HET NIET! Bij ongevallen op onze leeftijd duurt herstel vaak lang. Denk ook aan de gevolgen. Niet alleen omdat je zelf niet meer mobiel bent, maar ook aan de zorgkosten die de pan uitrijzen. Er zijn steeds meer ouderen en steeds minder handjes die ons kunnen verzorgen. Hoe minder je te maken krijgt met verzorging, hoe beter het is voor jezelf en natuurlijk ook voor de maatschappij.

Laten we samen proberen gezond en gelukkig oud te worden.

Theo Martens



Werkgroep Mantel-uit-dagen

De werkgroep Mantel-uit-Dagen Asten organiseert meerdere keren per jaar een bijeenkomst voor mantelzorgers. Deze middagen staan in het teken van ontmoeting en ontspanning, wat naast het zorgen erg belangrijk is. Het aanbod is heel divers: een bezoek aan een bedrijf of museum, samen een film kijken, een creatieve middag, spellenmiddag, kienen of een wandelmiddag. We staan open voor ideeën.

De activiteiten die binnen georganiseerd worden vinden plaats in 't Kwartier, het gemeenschapshuis in Asten. Andere activiteiten vinden plaats op locatie. Onderling contact en gezelligheid staan bij ons hoog in het vaandel. Alle mantelzorgers, jong en oud, uit de gemeente Asten zijn welkom op deze bijeenkomsten.

Mocht je geïnteresseerd zijn, geef dan je gegevens door en je ontvangt daarna de uitnodigingen in je mailbox. Wel zo handig.

Info en opgave bij: Werkgroep Mantel – uit – Dagen Asten

Telefoon: 0493-694221

E-mail: hamnijssen@gmail.com

Hanny Nijssen – Smits

Een impressie van “Vier de Lente”

We schrijven 12 april 2024. Buiten is het aangenaam vertoeven met om en nabij 20 graden. De lente hangt in de lucht. Een merel voelt dat ook want hij zingt dat het een lieve lust is. Dit is zo'n dag om de beginnende lente te vieren, dus dit plaatje paste perfect bij de activiteit die de Werkgroep Vieringen en Activiteiten op touw had gezet, namelijk “Vier de Lente”.



Iets meer als 120 mensen hadden een kaartje gekocht om bij de lenteviering aanwezig te kunnen zijn. De indeling van het programma is bij veel deelnemers bekend: bij binnenkomst koffie / thee met iets lekkers waarna het entertainment het overneemt. Tijdens de pauze worden de deelnemers getraakteerd op een frisje of een alcoholisch drankje. En dat allemaal voor slechts 2 euro! Het entertainment bestond uit 3 kleurig geklede heren met de artiestennaam “Vrij Vrolijk”. Een van hen had blijkbaar ook de lente in de bol want in zijn openingswoordje versprak hij zich waarschijnlijk toen hij een opmerking maakte in de trant van: “Ik ben vrij vrolijk en ik vrij vrolijk!” Nou ja, dat weet je dat je een vrolijk gezelschap binnen hebt! Met hun repertoire aan meezingers kregen zij regelmatig een hart onder de riem gestoken met geklap en gezwaai vanuit de zaal. Waar mogelijk werd datzelfde publiek bij het optreden betrokken. Bij het lied ‘Marina’ van Rocco Granata werd er vooraf gevraagd of er toevallig een Marina aanwezig was. Helaas! Maar een Marinus was er wel en daarna bleek het een kleine moeite om de tekst aan te passen naar Marinus. Wie de oudste gast was in de zaal? Na enig gepuzzel bleek Koosje Hoendervangers met haar 93 jaar de winnaar. Zij kreeg een persoonlijke serenade aangeboden middels het lied ‘Taaie, ouwe taaie’. Koosje aanvaardde de serenade en genoot met volle teugen. Kortom: weer een gezellige, muzikale middag.

Peter Berkvens



Goed Voor Elkaar

Op verzoek van wethouder Janine Spoor hebben wij een gesprek gehad over het



project Goed Voor Elkaar. Naast de wethouder was ook Chantal Haazen, beleidsmedewerker van de gemeente, bij het gesprek aanwezig. Het was een zeer prettig en verhelderend gesprek, waarin we konden vertellen hoe we het vervolg van Goed Voor Elkaar graag vorm willen geven. We weten nu ook wat daar vanuit de gemeente voor nodig is en wat de mogelijkheden zijn. Het is nu aan ons om een goed plan te schrijven dat we vervolgens kunnen indienen bij de gemeente voor goedkeuring. Inmiddels hebben we ook een deskundige geraadpleegd: Judith Somers. Zij is werkzaam bij Zorgbelang Brabant en Zeeland en heeft veel ervaring met soortgelijke projecten als ons project Goed Voor Elkaar. Verder is zij bekend met het project in Helmond. Drie leden van het bestuur van onze seniorenvereniging waren bij dit gesprek aanwezig.

Kortom: we zijn nog steeds druk bezig om onze idealen voor het project Goed Voor Elkaar vorm te geven.

We houden u via De Luidklok op de hoogte van onze vorderingen.

Annelies Dittner

Dagtocht 4 juni

Onderstaand nog aanvullende informatie voor de deelnemers aan de dagtocht van 4 juni:



De bussen vertrekken iets eerder:

07.45 uur: bus 1 vertrekt vanaf het OLV-plein in Ommel.

07.45 uur: bus 2 vertrekt bij zwembad De Schop.

08.00 uur: bussen 1 en 2 vertrekken bij 't Kwartier.

Rond de klok van 10.15 uur gaan we genieten van koffie/thee met iets lekkers en de lunch is rond 12.45 uur gepland.

Consumpties op de boot zijn voor eigen rekening en natuurlijk de consumpties bij het diner ook.

We verheugen ons echt op deze dag. Als het weer een beetje meewerkt, wordt het een fantastische tocht.

Aanmelden voor de najaarsreis kan pas vanaf 1 augustus onder vermelding van:

Naam, adres, telefoonnummer, dieetwensen en van welke opstapplaats u gebruik wilt maken (OLV-plein in Ommel, De Schop in Asten, 't Kwartier in Asten).

Nadere informatie over de najaarsreis leest u in de volgende Luidklok.

Tot 4 juni.

Carla Holthuis: 06-12983130

Agnes Verdonschot: 06-38002752

Samen uit eten, het was weer een succes.

Afgelopen 24 april was de derde avond dat we, ditmaal met een groep van 75 deelnemers, samen hebben gegeten. We waren te gast bij restaurant 'Pesos' aan de Logtenstraat, waar we hebben genoten van een smakelijk diner en een gezellig samenzijn.

Het volgende diner staat gepland voor 24 juli bij restaurant 'De Baron' aan de Markt. Aanmelden is pas mogelijk na berichtgeving in de volgende Luidklok, dus nu nog niet aanmelden s.v.p.

Verslag mede namens Lies v.d. Cruijs,

Tiny Leenders – van de Beuken.



Verslag Alzheimer Café 7 mei

Naar het verpleeghuis

Marit is een jonge vrouw, met fulltime baan, die met haar gezin (man, drie jonge kinderen) in Utrecht woont. Haar ouders wonen in de provincie Zeeland. Marit heeft een zus, die met haar gezin in Breda woont, en een broer met zijn gezin in Myanmar. Dan krijgt haar vader Hans rond zijn 65e te horen dat hij Alzheimer heeft.



Dat hakt erin bij Hans, bij zijn echtgenote en bij de kinderen. Hoe Marit en de familie het dan volgende proces beleefden, vertelde Marit in gesprek met Theo Lankhorst in het Alzheimer Café van 7 mei. Dat Theo, die schoonvader is van Marit, de situatie kent, met de familie meeleefde en de emoties kent, maakte dat Marit er in een zaal met ruim zestig toehoorders veilig over durfde en kon vertellen. Dat is bewonderenswaardig, zeker als je weet dat haar vader ongeveer een maand voor deze ACP-avond is overleden.

Het begin

Hans was een gezonde, sportieve, sociale man. Hij fietste, tenniste en wandelde veel en schaatste zelfs de Elfstedentocht. Hij hield van dansen, zong in een koor en was in gezelschap altijd in voor een grapje. Nog tijdens zijn werkzame leven kwamen de eerste symptomen van dementie naar voren, al vielen die, doordat hij ook wel druk en wat chaotisch was, niet direct op. Voor zijn 65e werd de diagnose Alzheimer gesteld. De kinderen woonden niet in de buurt en dus was van het begin af aan duidelijk dat veel van de (mantel)zorg op zijn echtgenote neer zou komen. Het gezin leefde natuurlijk mee en er was regelmatig overleg. Overeenkomstig Hans zijn wens, en de adviezen van de deskundigen, werd zo lang mogelijk doorgegaan met leven in het vertrouwde patroon, dus verenigingen en activiteiten aanhouden. Dat kon gelukkig ook doordat vanuit dat netwerk (sportvrienden, koorleden, vrienden) begrip en hulp kwamen. Daarnaast ging hij enkele jaren naar een dagbehandeling voor jonge mensen met dementie. (Bij reguliere dagbestedingen was voor mensen van Hans zijn leeftijd nauwelijks aansluiting). Maar het hoort bij deze ziekte: het wordt steeds moeilijker en zwaarder, voor Hans, maar ook voor zijn vrouw en kinderen. En bij elk stapje achteruitgang komt de angst voor het volgende stapje terug. Hoe zal het dan gaan? Een grote zorg voor Hans, zijn vrouw en de kinderen.

Verpleeghuis

Ongeveer twee jaar geleden, vertelde Marit, gingen ze nadenken over de vraag: "En wat als vader het huis uit moet?" Want dat het een keer zo ver zou komen was wel duidelijk. Ze oriënteerden zich in de verpleeghuiswereld en gingen kijken bij zorginstellingen. Dit raadt ze iedereen aan die ermee te maken krijgt. Soms kregen ze het gevoel "dit is geen plek voor Hans", maar ze vonden ook een huis waarvan ze dachten: "Ja, in dit huis, met deze achterliggende filosofie en met deze manier van omgaan met bewoners, is onze pa op zijn plaats." Dat was een geruststelling. Maar toen het zo ver was dat verhuizing wenselijk werd, kregen ze te horen dat Hans er niet geplaatst kon worden omdat hij er toch niet paste. Een particuliere instelling kan dat zeggen zonder verder een zorgplicht te hebben. Toen is, in samenwerking met de casemanager, met veel moeite in korte tijd bij een reguliere zorginstelling gelukkig een plek gevonden en kon Hans alsnog verhuizen. Los van de organisatorische problemen en de papierwinkel was dat een emotionele stap. "De kamer is naar de wens/smaak van vader ingericht, je hebt vertrouwen in de zorg en je weet dat het voor moeder rust geeft, maar toch, dat achterlaten het is emotioneel."

In de pauze werd er aan de tafels weer volop gepraat: met tafelgenoten, met vrijwilligers, met de gast en de gespreksleider en met bekenden elders in de zaal. Heel levendig. Na de pauze kwamen vanuit de zaal allerlei vragen aan de orde, deels door Marit en Theo beantwoord, deels door andere bezoekers. Ik noem er enkele:

"Marit, jullie hebben, met moeder en de kinderen, zo te horen de regie gevoerd. Heb je in een vroeg stadium ook aan Hans gevraagd wat hij wilde?" Ja, dat hadden ze. En toen later, mede doordat zijn taal/spraak achteruit ging, communicatie moeilijker werd, gaf hij aan volledig op de keuze van het gezin te vertrouwen.

Hoe heeft Hans de coronatijd beleefd? Best positief, want het gaf rust!

Over crisisopvang: Kun je dan overal in het hele land "geplaatst" worden? Liefst niet, maar in uiterste nood kun je een eind van huis terecht komen.

En deze: Hans had een liefdevol, zorgzaam gezin. Maar wat als je alleen op de wereld staat? Tja, dan is de zorg vol goede bedoelingen en willen casemanagers en zorginstellingen de beste oplossingen bedenken, maar men voelde aan dat je dan niet te benijden bent.

Advies van Marit en vanuit de zaal: verdiep je tijdig in de materie, zodat je weet wat erop je af komt. Dat kan via internet, via boeken, maar ook door bijvoorbeeld als vrijwilliger een steentje bij te dragen in het verpleeghuis.

De aanwezigen beloonden Theo en vooral Marit, voor de bewonderenswaardige wijze waarop ze deze avond gepresenteerd hebben, met een spontaan applaus.

ACP 4 juni: verhaal van twee mantelzorgers

Stel, je woont vlak bij je (schoon)ouders. Op een gegeven moment ontstaat er een “niet-pluis-gevoel”. Hoe ga je daarmee om? Hoe breng je dit gevoel over aan de broer of zus die wat verder weg woont? Kun je er dan samen over praten, of zet dit je onderlinge relatie onder druk? Als je besluit samen voor iemand te zorgen, wat komt daar dan allemaal bij kijken? En vooral: wat kun je doen om de sfeer binnen het gezin goed te houden. Gespreksleider Monique van den Heuvel-Bohnen legt deze vragen voor aan Suzan en Jeroen, schoondochter en zoon van Peter. Sinds 4 jaar zorgen zij voor hun (schoon) vader.

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

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

De toegang en het eerste kopje koffie zijn gratis.

Johan van Lierop.

Vier dagen stappen met De Stappers

Een grote delegatie van De Stappers heeft van maandag 29 april t/m 2 mei gewandeld in en rond het dal van het riviertje de Wied, gelegen in de Eiffel (D). Uitvalsbasis was 'Hotel zur Post' in het dorpje Waldbreitbach.

In die 4 dagen zijn er een dikke 60 km onder de voeten door gegaan.

En daar zaten echt pittige kilometers bij, zowel in opwaartse als in neerwaartse gang. Stevige kuiten krijg je ervan.

Maar we hebben genoten!

Genoten van het frisse groen, de prachtige vergezichten, de alom fluitende en zingende vogels en natuurlijk van elkaars gezelschap. Er is weer heel wat “afgeluld”, dat kan ik u verzekeren. En lang niet alle praat was serieus. Ook dat kan ik u verzekeren.

Am ersten Tag hadden we alleen de namiddag om wat kilometers te maken. Volgens sommige deelnemers moest er eerst een 'Kaffee mit Kuchen' naar binnen gewerkt worden om succesvol te kunnen starten. Dat heet dan: "vooraf de nodige calorieën inslaan anders ga je het niet volhouden". Die eerste 12 km vormden een mooie opwarmer. In ieder geval genoeg om bij terugkomst in het hotel grote glazen Erdinger Weissbier te bestellen.

Am zweiten Tag moesten we na een goed ontbijt het busje in om ons te laten vervoeren naar het verderop gelegen Rengsdorf. Daar werden we gedropt om de 19 km terug te (mogen) wandelen. Daarvoor werd de Klosterweg-route gevolgd. Deze route werd met plaatjes bijzonder goed aangegeven. Fout lopen kon eigenlijk niet, maar we kregen het toch voor elkaar. Na de lunch, in de buitenlucht, misten 17 paar ogen de afslag. Of zag het geasfalteerde pad er te aanlokkelijk uit om niet te gebruiken? GPS zorgde ervoor dat we snel genoeg toch weer terug konden keren op de route. U zult begrijpen dat na deze afstand, bij een temperatuur van dik in de 20 graden, de Erdingers er nog beter in gingen.



Tag drei was het zowaar nog wat warmer. Dat was mooi voor ons, maar ook voor de plaatselijke bevolking. 1 mei, de dag van de arbeid, is voor velen een vrije dag. Zoiets als bij ons Koningsdag, maar dan minder feestelijk. Het was daarom ook wat drukker in de natuur met wandelaars en fietsers. Na 17 warme kilometers hadden we allemaal wel zin in een ijs(je). Maar we troffen veel gelijkgestemden. Er stond warempel een flinke wachtrij. Voor de ijs-fanaticus onder ons was dat afzien, maar de uiteindelijke beloning verzacht dan veel. Voor degenen die geen zin hadden om in de rij aan te sluiten bleef er maar één alternatief over: Erdinger Weissbier.....

Am vierten Tag hadden we weer een kortere route omdat we op tijd terug wilden rijden naar het vlakke Nederland. Het werd wel de pittigste route van allemaal. Kilometers aan oplopende wandelpaden noopten vaker tot een rustmoment. Tja, we worden allemaal een dagje ouder. Onze oudste deelnemer: 87 jaren jong. Ik zie me dat op die leeftijd van ze-lang-zal-ze-leven niet meer klaarspelen. Eenmaal op het hoogste punt bestond de beloning uit een prachtig vergezicht en een Hütte waar je een degelijke Duitse hap kon bestellen (niet klein dus). Suppe, Currywurst mit Pommes en warme Apfelstrudel waren favoriet. Daarna nog één afdaling en een ijsje als afsluiter.

Het is bijzonder: alle dagen hadden we prima wandelweer. Lekker zonnetje en geen enkele bui. Wie vooraf gezegd zou hebben dat dit ons te wachten stond, die hadden we voor gek verklaard. We waren goed en wel onderweg naar huis toen de lucht begon te betrekken. Binnen de kortste keren werd het aardedonker. Bliksem, hagel en regen geselden onze auto's. Hoeveel geluk kun je hebben. Maar is het niet: Je krijgt wat je verdient? En dat vind ik een mooie afsluiter van dit schrijven.

Peter Berkvens



Sport- en cultuurvoucher voor volwassenen

De gemeente Asten is in 2024 gestart met een proef voor de sport- en cultuurvoucher voor volwassenen (18+). Hiermee willen ze nog meer inwoners kennis laten maken met sport en cultuur in Asten en in kaart brengen wat de behoefte is op dit vlak.

Wat is het?

De sport- en cultuurvoucher voor volwassenen is een vergoeding van maximaal € 200,- per jaar om lid te worden van een vereniging of aanbieder die is aangesloten bij deze regeling. Let op, de sport- en cultuurvoucher voor volwassenen is een proefregeling met een maximaal budget. Er wordt gewerkt op volgorde van aanvraag. Als het budget op is, stopt de proef voor dat jaar.

Voor wie?

Inwoners vanaf 18 jaar met een inkomen tot 120% van de bijstandsnorm en niet te veel eigen vermogen.

Hoe weet ik of ik onder 120% zit of te veel eigen vermogen heb?

U kunt dit zelf bekijken via de normenkaart op www.sociaalteam-asten.nl/normenkaart. De normenkaart is een soort meetlat die laat zien hoeveel geld u mag verdienen om hiervoor in aanmerking te komen.

Hoe vraag ik het aan?

Op www.sociaalteam-asten.nl/beteruitkomen staan alle regelingen voor inwoners met een laag inkomen. Onder sport- en cultuurvoucher vindt u het aanvraagformulier en waar u het ingevulde aanvraagformulier naartoe kunt sturen.

Vragen of hulp nodig?

Heeft u vragen of wilt u weten of u gebruik kunt maken van deze regeling? Neem gerust contact op met Sociaal Team Asten. Zij kijken met u mee.

Sociaal Team Asten.

Adres: Gemeenschapshuis 't Kwartier, Kerkstraat 10 te Asten.

Inloopsprekuren zonder afspraak:

dinsdag en donderdag tussen 09.00 en 12.00 uur.

Telefoon: (0493) 67 12 34

(maandag tot en met donderdag van 09.00 - 17.00 uur).

E-mail: sociaalteam@asten.nl

Secretariaat Seniorenvereniging Asten en Ommel

Onze overledenen



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

Mevr. Jo Cortenbach – Kolen
91 jaar

Wilhelminastraat 29, Asten
overleden op 13-03-2024

Dhr. Huub Derks
75 jaar

Patersweg 6, Asten
overleden op 31-03-2024

Dhr. Johan van de Mortel
77 jaar

Beatrixlaan 18, Asten
overleden op 08-04-2024

Zuster Judith Croes
78 jaar

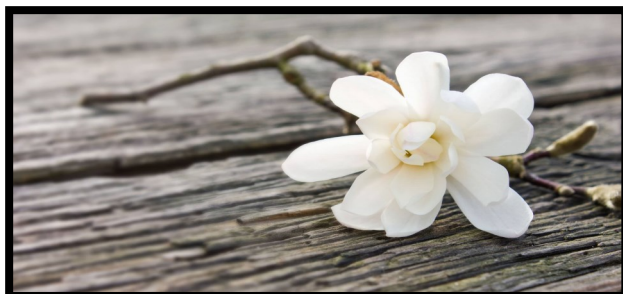
Wilhelminastraat 27, Asten
overleden op 10-04-2024

Mevr. Mia van Dam – Braem
94 jaar

Deken van Pelthof 231, Asten
overleden op 18-04-2024

De redactie van De Luidklok verzoekt de familie om bij het overlijden van een seniorenlid een bericht te sturen aan het secretariaat van de Seniorenvereniging Asten/Ommel, p/a:

Henk van Kessel, Voordeldonk 54, 5721 HM Asten.
tel. 0493-697364
e-mail: secretariaat.sv.asten.ommel@gmail.com



Veilig Verkeer (V.V.N.)

Ook dit jaar wordt er weer een gratis opfriscursus 'Fiets met praktijk', voor 50+ fietsers, en een gratis opfriscursus 'Scootmobiel' georganiseerd. Deze cursussen worden dit jaar georganiseerd door Veilig Verkeer Nederland (VVN). Onderstaand de uitnodiging hiervoor.

Gratis je verkeerskennis opfrissen?

We willen allemaal zo lang mogelijk blijven deelnemen aan het verkeer. Zolang je dit kunt, heb je je vrijheid. Maar je wordt wat ouder en het verkeer vergt veel van je aandacht. Hoe zorg je dat je mobiel blijft?

Iedereen die zich dat weleens afvraagt kan gratis meedoen met VVN opfriscursussen van Veilig Verkeer Nederland. In opdracht van de gemeente Asten, en in samenwerking met lokale seniorenverenigingen, organiseren we twee gratis VVN opfriscursussen: 'Fiets met praktijk' en een gratis VVN opfriscursus 'Scootmobiel'.

Wat gaan we doen?

In de opfriscursus 'Fiets met praktijk' leer je, onder het genot van een kopje koffie/thee, met behulp van praktische filmpjes, foto's en stellingen meer over veilig fietsen. Na een goed verzorgde lunch krijg je een kleine fietscheck en (indien gewenst) een gratis fietsspiegel, geïnstalleerd door een lokale fietsenhandelaar. Voordat de middag wordt afgesloten, wordt er in de buitenlucht een parcours gereden waarbij je praktische tips krijgt aangereikt.

Tijdens de opfriscursus 'Scootmobiel' word je, onder het genot van een kopje koffie/thee, bijgespijkerd over het gebruik van je scootmobiel, de verkeersregels voor scootmobiel-gebruikers en ga je een oefenparcours rijden onder begeleiding van een ergotherapeut.

We organiseren de opfriscursus FIETS MET PRAKTIJK op:

- donderdag 20 juni 2024 van 10.00 – 15.00 uur in Asten.
- donderdag 27 juni 2024 van 10.00 – 15.00 uur in Asten.

We organiseren de opfriscursus SCOOTMOBIEL op:

- woensdag 26 juni 2024 van 13.00 – 16.00 uur in Asten.



Iedereen veilig over straat

VEILIGVERKEER

Ben je een ervaren verkeersdeelnemer en (voor de fietscursus 50-plus) inwoner van de gemeente Asten en is dit iets voor jou? Meld je dan uiterlijk een week voor aanvang van een van de cursussen aan via de website vvn.nl/opfriscursusasten of bel tijdens kantooruren met 088-5248850.

Indien we telefonisch niet bereikbaar zijn mag je de aanmelding per mail sturen naar steunpuntzuid@vvn.nl o.v.v. VVN Opfriscursus Fiets Asten + datum of VVN Opfriscursus Scoot Asten. Vermeld in de mail je NAW gegevens en telefoonnummer.

Deelname is gratis, maar let op: vol = vol!

Je ontvangt een week voor aanvang van de cursus een uitnodiging met de locatiegegevens.

*VVN Steunpunt Zuid
Beekstraat 54,
6001 GJ Weert*



Verslag Informatieavond notaris en apotheker van 2 mei 2024

Het was 6 jaar geleden dat de Seniorenvereniging een vergelijkbare avond organiseerde. Als bestuur hebben we onze leden deze nuttige informatie opnieuw aangeboden.

Voor de deelname aan deze avond hadden zich 87 leden aangemeld, waarvan een 14-tal uit Heusden. Door de dreiging van slecht weer hebben ongeveer 70 leden deze avond bezocht.

Notaris Karolina Meems van notariskantoor van Kaam uit Someren verzorgde het eerste gedeelte van de avond. Zij gaf een presentatie over de zin en noodzaak van een levenstestament, ook wel volmacht genoemd. Je leeft nog, maar door bijv. een ongeval (coma), beroerte (hersenbloeding) of dementie, ben je niet meer in staat om je zaken zelf nog te regelen.

Een levenstestament bestaat uit 2 gedeelten:

1. Een zakelijk deel.

U kunt hierbij denken aan bankzaken, verzekeringen en leningen, belastingaangiften, gemeentezaken en verkoop eigen woning.

2. Een medisch deel.

Hierin staat een volmacht voor de persoon die een beslissing namens jou kan nemen over medische zaken wanneer je dat zelf niet meer kunt en ook onder welke omstandigheden de volmacht ingaat. Opnemen van een euthanasie wens in een levenstestament heeft een beperkt nut en kan beter besproken worden met de betrokken huisarts of behandelend specialist.

Dit geldt ook voor het onderwerp reanimeren of niet reanimeren.

Hierna werden nog enkele vooraf ingestuurde vragen beantwoord.

Deel 2 van de presentatie ging over het testament bij overlijden.

De wettelijke regels rondom erven zijn sinds 2003 gewijzigd in de zgn. Wettelijke verdeling waarbij, bij gehuwde ouders met kinderen, na het overlijden van de eerste ouder alle goederen van rechtswege naar de langstlevende gaan. Er werd uitleg gegeven over het waarom van een testament ook als het toch al wettelijk is geregeld.

Enkele redenen:

- Uitsluitingsclausule. Hiermee kan worden vastgelegd dat, bij een eventuele scheiding, de erfenis altijd privé bezit blijft van de erfgenaam.
- Executeursbenoeming.
- Opeisbaarheidsgronden uitbreiden.
- Wijziging van erfdelen of erfgenamen.

Hierna werd met een voorbeeld aangegeven hoe een erfenis wordt verdeeld bij het overlijden van een van de ouders van een gezin met kinderen.

Er werden nog enkele financiële mogelijkheden besproken bij bezit van onroerend goed en om rente op de erfbelasting zo laag mogelijk te houden.

Hierna werden nog enkele vooraf ingediende vragen beantwoord.

Na de pauze nam GertJan Hooijman, van de Astense apotheek Alphega, de presentatie over medicijnen voor zijn rekening met de titel "De wonderde wereld van medicijnen".

In deel 1 behandelde hij het Nederlandse vergoedingensysteem, dat in hoofdlijnen bestaat uit:

- Geneesmiddelen die vergoed worden door de zorgverzekeraar vanuit de basisverzekering.
- ✓ U krijgt geen factuur van de apotheek.
- ✓ Deze middelen vallen onder het eigen risico (€ 385,=), de zorgverzekeraar stuurt u hiervan een rekening.
- Geneesmiddelen die NIET vergoed worden door de zorgverzekeraar.
- ✓ U krijgt een factuur van de apotheek (als het op doktersrecept is, is het aftrekbaar voor de belastingen).
- Geneesmiddelen die gedeeltelijk vergoed worden door de zorgverzekeraar.
- ✓ U krijgt hiervoor ook een factuur van de zorgverzekeraar tot een maximum van € 250,=.
- Geneesmiddelen waar bepaalde voorwaarden aan verbonden zijn.
- ✓ Hiervoor is een machtiging van de dokter nodig.

De prijs van medicijnen wordt bepaald door het Nederlands tarief systeem (Wet Tarieven Gezondheidszorg) met daar bovenop een tarief van de apotheek. Bij de eerste uitgifte van een medicijn wordt een extra tarief van € 6,= gerekend voor de apotheker om uitleg te geven over het gebruik van het nieuwe medicijn. Per uitgifte komt er ook nog een standaard tarief van € 6 bij voor het klaarmaken, checken en uitgeven van het medicijn. Al bij al is het vaak moeilijk om de verschillen uit te leggen m.b.t. de prijsstelling en dan met name bij goedkopere medicijnen.

Om de kosten van de Nederlandse gezondheidszorg te drukken voeren de zorgverzekeraars onderhandelingen met de fabrikanten en bedingen de laagst mogelijke prijs. De zorgverzekeraar werkt met een preferentie beleid. In de meeste gevallen betekent dit dat het goedkoopste medicijn wordt gekozen en vergoed. Deze manier van werken van de verzekeraars heeft in het verleden een kostenbesparing opgeleverd van € 800 miljoen.

Op dit moment worstelt Nederland met een groot medicijntekort. Het structurele medicijntekort (op het moment voor ong. 2300 medicijnen) wordt deels veroorzaakt door de lage prijs die we er voor willen betalen, afgezet tegen de prijzen die omliggende landen betalen. Het gevolg van het Nederlandse preferentie beleid bij de zorgverzekeraar is vaak dat er voor 1 fabrikant wordt gekozen waarna de andere leveranciers zich terug trekken van de Nederlandse markt. Als er dan een productie probleem ontstaat bij die ene fabrikant of een transport probleem (90% van alle medicijnen worden geproduceerd in China en India) en er nu een wereldwijd tekort is, dan gaat dit medicijn niet naar Nederland en kiest de fabrikant voor een ander land dat een hogere prijs wil betalen. Een complex probleem waar ook de apothekers geen oplossing voor kunnen bieden en met pijn in het hart vaak nee moeten verkopen aan hun klanten.

Als laatste behandelde GertJan het onderwerp “Informatie over geneesmiddelen”.

Een bijsluiter is meestal te uitgebreid en met te veel vaktaal en meer een middel van de fabrikant om mogelijke schadeclaims te voorkomen.

De apotheek verzorgt zelf een eigen bijsluiter met meer beknopte en begrijpelijke informatie.

Hij wijst ook op nuttige informatie op het label van een medicijn. Bijv. hoe vaak het medicijn per dag ingenomen moet worden en wat de mogelijke bijwerkingen zijn.

GertJan vermeldde de mogelijkheid van een farmaceutisch consult.

Een consult bij de apotheker om de medicijnen en uw medicijngebruik even rustig op een rij te zetten en uw vragen te beantwoorden.. Dit consult (kosten € 25,=) wordt vergoed door de zorgverzekeraar.

Daarnaast verwees hij naar een betrouwbare website: www.apotheek.nl

Henk van Kessel

Vriendenloterij,

Om onze kas te spekken heeft het bestuur van Seniorenvereniging Asten en Ommel zich aangemeld bij de VriendenLoterij.

Het werkt als volgt:

Iedereen met een lot van de VriendenLoterij kan een club of vereniging ondersteunen. Een lot kost € 15,00 en hiervan wordt dan maandelijks een bedrag van € 6,00 overgemaakt naar de club of vereniging die u steunt.

Als u een lot heeft en u wilt ons steunen, dan kunt u telefonisch contact opnemen met de VriendenLoterij (088-0201020). Op werkdagen te bereik-
ken tussen 09.00 uur en 21.00 uur en in het weekend tussen 09.30 uur en 16.00 uur.

Heeft u nog geen lot, en wilt u zich aansluiten bij de VriendenLoterij, dan kunt u dit op de website regelen. Een lot kost € 15,00 en u ontvangt een VIP-kaart. Met uw VIP-kaart is door heel Nederland altijd plezier te beleven. Van een gratis museumbezoek met vrienden tot een leuk uitje voor het hele gezin. Als VriendenLoterij deelnemer kunt u met uw VIP-KAART gratis naar ruim 150 musea, krijgt u tot 50% korting bij theaters, bioscopen, dierenparken en kastelen in heel Nederland én krijgt u de kans om exclusieve evenementen te bezoeken.

Alvast hartelijk dank voor uw steun.

Connie van Bussel, penningmeester.



Wandelen met De Stappers op donderdag 20 juni

Nu ik dit artikel schrijf moet ik de wandeling in De Baronie, op 16 mei, met de groep nog gaan lopen. Maar ik moet nu al vooruitdenken naar de wandeling voor donderdag 20 juni. Dit alles ten behoeve van een tijdige aanlevering bij de redactie.

Waar gaat onze reis naar toe? Voor de oudgedienden onder De Stappers is dit een klassieker (denk ik) en voor degenen die deze wandeling nog niet gedaan hebben een bijzonderheid. We gaan naar de Ninglinspo!

Ninglinspo ligt in de Ardennen. Het is een zijriviertje van de Amblève, nabij het Luikse plaatsje Nonceveux, in de buurt van Remouchamps, in de gemeente Aywaille. Het vormt de benedenloop van de Ruisseau de Hornay die ten zuiden van het plaatsje Vert Buisson in de gemeente Theux ontspringt.

Dit riviertje dankt haar vreemde naam aan een fout gemaakt door Franse cartografen in het jaar 1876. Zij verwadden de naam van dit riviertje met die van een veld waar het riviertje in de Amblève stroomt. De oorspronkelijke naam is eigenlijk de "Doulneux". Er werd al gesproken over dit riviertje in het jaar 647 in het charter van Sigibert de Derde.

De Ninglinspo is de enige bergrivier van België. Zij stroomt door een gebied dat sinds 1949 beschermd natuurgebied is. De loop van de Ninglinspo daalt van 420 meter hoogte naar 170 meter, is 3 kilometer lang en heeft hierdoor een verval van 8%.

Zij overbrugt een hoogteverschil van 250 meter. De grootste waterval in de rivier is de Waterval van de Chaudière. Die mondt uit in de Amblève, net nadat deze in de Fonds de Quarreux over gaat.

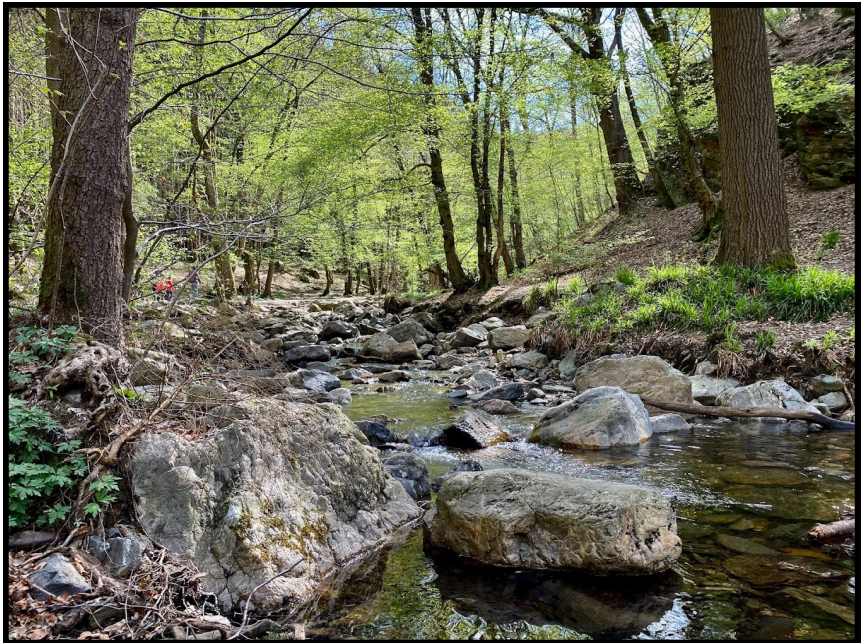


Door de erosie van het snelle en wervelende water ontstonden er in de loop der tijden enkele diepe, nauwe uithollingen die de bassins onderling verbinden. Deze bassins hebben namen zoals: "Bad van het Hert" of "Bad van Diana" of "Bubbels van de Ketel" of "Bad van de Waternimfen" of "Bad van Venus".

De vallei van de Ninglinspo is door het Waals gewest geklasseerd als beschermd erfgoed en Europees beschermd als onderdeel van Natura 2000-gebied "Vallée de l'Amblève du Pont de Targnon á Remouchamps". Het lijkt wel een beetje of je in de Rocky Mountains bent. We lopen stroomopwaarts met een spectaculair uitzicht op de rotspartijen en nog veel meer moois. Boven aangekomen lopen we verder via een soort hoogvlakte naar een tweede stroompje, de Chefna, en dat volgen we als het ware naar beneden totdat we uitkomen bij de brug over de Amblève. Die steken we over en op de andere oever lopen we dan terug langs de Amblève. Terug naar onze auto en daarna een welverdiende 'après randonnée'.

Laat je verrassen en loop met ons mee, het is de moeite waard.

*Met vriendelijke groeten,
Jo Jurgens (06 – 48 36 07 83)*



Thuis in de kluis

De zomer staat voor de deur. We trekken er weer op uit en genieten van de zon en de natuur. We zoeken elkaar op op een terras of spreken af voor een fietstochtje.

Ook bij Thuis in de Kluis zoeken we elkaar iedere woensdag op voor de gezelligheid, om een kaartje te leggen en om rummikub of een ander spel te spelen. Per 1 mei is de creacub al met vakantie gegaan. De afgelopen weken is er hard gewerkt en het resultaat mag er zijn, zoals te zien is op de foto's.

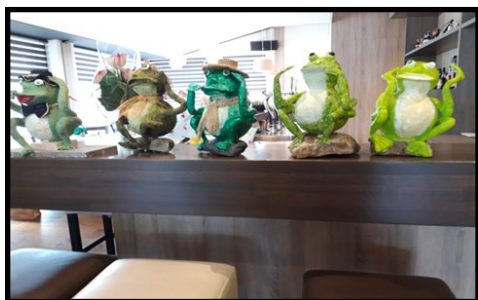


Koningsdag hebben we gevierd op de woensdag daar aan voorafgaand. Gasten werden getrakteerd op een heerlijke oranje tompouce en er werd geproost op de verjaardag van onze koning. De maaltijd om 12 uur wordt goed bezocht, maar er is nog voldoende plek voor uitbreiding. De 3-gangen maaltijden worden verzorgd door 't Lijssels Vertier en altijd warm bij ons bezorgd. In de Kluis hebben we volop mogelijkheden om de maaltijd goed op temperatuur te serveren. De gasten en vrijwilligers zorgen voor een gezellige sfeer aan de fraai gedekte tafels.

Wilt u meer informatie over THUIS IN DE KLUIS? Dan kunt u contact opnemen met Riny Smeets, telefoon 06-44353936 of via e-mail c.smeets6@chello.nl

U bent natuurlijk ook welkom om eens een kijkje te komen nemen op woensdag.

Riny Smeets.



Werkgroep Vieringen en Activiteiten

** De spellenmiddag*

Iedereen die van spelletjes houdt en tijd en zin heeft om 2 uurtjes wat te ontspannen, is van harte welkom op de spellenmiddag die elke tweede maandagmiddag van de maand georganiseerd wordt. Kom eens een keertje kijken of doe mee met Rummikub, Yahtzee, UNO, Mens-erger-je-niet, kaarten, Triomino, SkipBo, Scrabble of wellicht brengt u een eigen spel mee?

Het doel is heel simpel: in een rustige, gezellige sfeer andere leden van onze seniorenvereniging ontmoeten. Plezier en spanning beleven door samen te spelen.

Wat: De spellenmiddag.
Waar: In zaal B van 't Kwartier.
Wanneer: maandag 10 juni.
Tijdstip: Van 13.30 uur tot 16.00 uur.
Kosten: Het kopje koffie of glas thee.

** De Liederentafel*

Op maandag 6 mei jl. was het weer zover Zanggroep Toffel Vier stond in een grote samenstelling klaar om de liefhebbers van de bekende zangmiddag te verwelkomen. Dat door het onverwacht fraaie weer de opkomst die middag ietsje lager lag dan anders, was daarom ook wel een beetje begrijpelijk. Maar het enthousiasme en de zangkwaliteit van de aanwezigen was er zeker niet minder om!

De selectie van leuke, gezellige liedjes uit de bundel werden door iedereen uit volle borst meegezongen, onder begeleiding van drummer, accordeonist en gitarist.

Een van de dames, Jeanne, droeg een kostelijk gedicht voor en Toffel Vier bracht enkele mooie nummers uit het eigen repertoire.

Al met al werd het een heerlijke zangmiddag!

Nu eerst de zomervakantie beleven en dan zien we ze weer terug in september.

Wat: Liederentafel met zanggroep Toffel Vier.
Waar: In zaal B van 't Kwartier.
Wanneer: maandag 2 september.
Tijdstip: Aanvang 13.30 uur, einde 15.30 uur. Halverwege korte pauze.
Kosten: Het kopje koffie of thee.

** De Nationale Seniorendag*

Zoals eerder aangekondigd: op vrijdag 4 oktober van dit jaar wordt de Nationale Seniorendag gehouden, ook wel de 80+ers dag.

Het bestuur van onze seniorenvereniging biedt aan al onze leden, die op deze dag 80 jaar of ouder zijn, een gezellige ontspanningsmiddag aan, met een goed verzorgde lunch. Onder het genot van een drankje kunnen de gasten daarna genieten van muzikaal entertainment.

Meer details over de plaats en de kosten kunt u lezen in De Luidklok van juni en augustus.

** Jubileum-activiteiten*

U heeft het inmiddels allemaal al vernomen via e-mail en/of kunnen lezen in De Luidklok van april. I.v.m. het 70-jarig jubileum van onze seniorenvereniging biedt het bestuur al onze leden een paar prachtige activiteiten aan. Een jubileumwandeltocht, een fietstocht en een rit door Asten en Ommel met de Peelexpres. En dit alles met een stop onderweg voor iets lekkers! In het najaar volgen dan nog een Symposiummiddag en een vrolijke, muzikale dansavond.

Voor iedereen wat wils, lijkt mij zo.....

Voor enkele activiteiten moet u zich wel eerst aanmelden omdat er qua aantallen of zitplaatsen een maximum aan verbonden is.

We hopen op veel belangstelling en een grote opkomst want eh....

u doet toch zeker ook mee aan een of meerdere activiteiten?

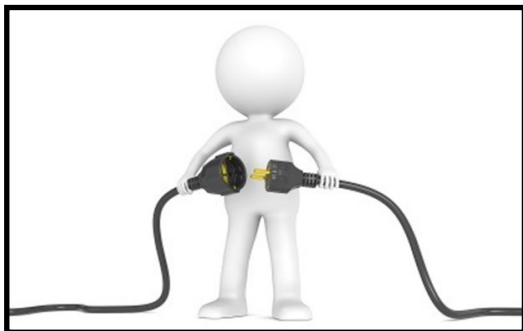
Namens de werkgroep Vieringen en Activiteiten:

Inge Veenhuizen.



Stel je voor ... géén stroom!

Je wordt wakker en je elektrische deken voelt koud. Je kijkt op je wekker, maar die is niet afgelopen en het led scherm is zwart. Licht aandoen lukt niet. Wát is er aan de hand? Je wilt naar buiten kijken maar de elektrische rolluiken gaan niet open. In je tuin zie je schamele led lampjes branden van de zonne-energie. Die doen 't wél! Op je mobiel zie je dat je nog maar 12% hebt. Oeps, die moet worden opgeladen.



Je radio doet 't niet en ook geen beeld op TV. In het schemerdonker ga je je douchen, maar het water is koud. De elektrische boiler heeft niet gewerkt. Brrr, snel een kattenwasje. Aankleden in 't duister en tandenpoetsen en scheren maar op de ouderwetse manier. Gelukkig geen haren gewassen, want een föhn zou je niet hebben kunnen gebruiken.

De was had je aangezet, maar die blijkt droog, vuil en troosteloos in de machine te liggen. Dan hoeft de droger dus ook niet aan.

Een kopje koffie zou nu wel erg wenselijk zijn, maar je koffiezetapparaat doet 't natuurlijk niet. Je waterkoker wil geen water koken en het schone kopje dat je uit de vaatwasser wilde halen, er zit nog ingedroogde koffie in, is niet schoon gewassen. Wat een drama!

Als je een boterham wilt gaan maken, voel je dat de koelkast niet meer koel aanvoelt. De schrik slaat je om het hart als je ineens denkt aan alle ingevroren producten die in je vrieskast liggen. Voorlopig er maar niks uithalen en zeker geen deur onnodig openmaken.

Gelukkig kun je wel normaal naar het toilet en doorspoelen gaat zoals altijd. Gelukkig maar!

Dan is er heftig geklop op de deur. Doet de bel 't niet? De burens, ook verontwaardigd, komen vragen hoe het is met de stroomvoorziening bij jou in huis. Je kan ze geen koffie aanbieden en hoort een soortgelijk verhaal dat je zojuist zélf allemaal al hebt ervaren.

Gelukkig hebben ze wel hun mobieltje en samen ga je de gemeente bellen om te vragen wat er aan de hand is.

"Ha, ha", hoor je ze zeggen, "één april. Vandaag een grapje van ons." Foei, wat een irreële grap. Gelukkig hebben we de elektrische fietsen nog. En bedenk dat je dit hopelijk nooit hoeft mee te maken.

Anny Ermers

Activiteiten vanaf 1 juni t/m 30 juni 2024

Kijk voor activiteiten, nieuws en achtergrondinformatie, foto's van eerdere activiteiten en de complete Luidklok ook eens op www.seniorenverenigingastenenommel.nl

Activiteiten Seniorenvereniging Asten en Ommel	
Liederentafel	Maandag 2 september van 13.30 – 16.00 uur in 't Kwartier.
Spellenmiddag	Maandag 10 juni van 13.30 – 16.00 uur in 't Kwartier.
Seniorenver. ontmoetingspunt	Elke dinsdagmorgen van 10.00 – 12.00 uur bij café van Hoek.
Koersbal	Elke donderdag van 13.45 – 16.00 uur in sporthal De Schop.
Fietsen met De Trappers	Woensdag 12 juni (30 km) en woensdag 26 juni (50 km). Start om 13.30 uur (30 km) en 10.00 uur (50 km) bij 't Kwartier.
Wandelen met De Stappers	Donderdag 20 juni. Ninglinspo Ardennen – Klein Canada. Vertrek om 08.00 uur bij de parkeerplaats aan de Ceresstraat.
Tochten met de scootmobiel	Woensdag 19 juni. Vertrek om 13.30 uur vanaf parkeerplaats hoek Lienderweg/Lotusstraat.
Jubileum fietstocht	Woensdag 5 juni Start 13:00 uur
Rondrit met de Peelexpres	Woensdag 12 juni Start 13:00 uur
Voorjaarsreis	Dinsdag 4 juni.

Thuis in De Kluis	
Elke woensdag	12.00 uur gezamenlijke 3 gangen maaltijd, verzorgd door 't Lijssels Vertier.
Elke woensdag	Van 13.30 uur tot 16.30 uur Activiteitenmiddag: voor elk wat wils.

Andere activiteiten	
Alzheimer Café Peelland	Elke 1e dinsdag van de maand in 't Kwartier. Zaal open vanaf 19.00 uur.
Biljartvereniging Nooit gedacht	Elke dinsdag- en donderdagmiddag van 13.00 tot 17.00 uur. In 't Kwartier.
Koffie-uurtje	Elke zondag van 14.00 uur tot 16.00 uur in 't Kwartier.
Wandelgroep Asten	1 uur wandelen in de omgeving van Asten. Start, elke dinsdag, om 10.30 uur voor de ingang van 't Kwartier. Aanmelden is niet nodig. Meer info via (0493) 441232 of s.pennings@oniswelzijn.nl
Rikconcours	Elke vrijdag in Den Dissel. Aanvang 13.30 uur. Inschrijven vanaf 13.15 uur. Vrijdag 12 april was de laatste bijeenkomst van dit voorjaar. De eerste bijeenkomst van het najaar staat op de agenda voor vrijdag 13 september.
Bridgeconcours	Elke dinsdag in Den Dissel. Aanvang 13.30 uur. Inschrijven vanaf 13.00 uur. Dinsdag 28 mei was de laatste bijeenkomst van dit voorjaar. De eerste bijeenkomst van het najaar staat op de agenda voor dinsdag 3 september.

*Kopij voor de luidklok van juni 2024
Graag inleveren uiterlijk
Zaterdag 8 juni*



Activiteiten Savant de Lisse

In de Lisse vinden wekelijks diverse activiteiten plaats. Ook externen kunnen deelnemen aan deze activiteiten.

	Tijd	Activiteit	Locatie	Kosten
Ma	14.30-16.00	Handwerk vereniging	Restaurant	-
	14.30-16.00	Diamond painting	Restaurant	Eigen spullen meenemen
Di	10.30-11.30	Geheugen training	Restaurant	€ 2,- per maand
	14.30-16.00	Sjoelen en Rummikub	Restaurant	-
Wo	10.30-11.30	Geheugentraining	Restaurant	€ 2,- per maand
	10.30-11.30	Gymvereniging	3 ^e etage	€ 5,- per maand
	14.00-16.30	Rikken	Koffiecorner	-
	14.30-16.00	Breien	Restaurant	-
Do	10.15-11.30	Crea	2 ^e etage	€ 6,- per maand
	14.00-16.15	Kienen vanuit Astense Gehandicapten Vereniging	Restaurant	€ 4,- per kaart
Vrij	10.30-11.30	Geheugentraining	Restaurant	€ 2,- per maand

Bent u benieuwd naar onze extra activiteiten? Laat het ons dan weten door ons een mailtje te sturen of even te bellen. Dan houden wij u elke maand op de hoogte van onze activiteitenplanning. Bij Savant de Lisse is iedereen welkom !

Voor meer informatie:
 Team welzijn Savant de Lisse
 E-mail: welzijn.delisse@savant-zorg.nl
 Telefoonnummer: 0493-329590

Colofon

Bestuur:

Voorzitter: Theo Martens tel. 06-57039513
theomartens@hotmail.nl

Secretariaat: Henk van Kessel tel. 0493-697364
secretariaat.sv.asten.ommel@gmail.com

Penningmeester: Connie van Bussel tel. 06-54907255

Leden: Lies van de Crujjs tel. 06-10228891
Tiny Leenders - van den Beuken tel. 06-37291318

Clïëntondersteuners: Koene Scheepstra tel. 06-24300377

Vrijwillige Ouderenadviseur: Jan Bosch tel. 06-23509999
jangmbosch@kpnmail.nl

Ledenadministratie: Ad Vermeulen tel. 06-22734144
advermeulen71@gmail.com

Klussendienst: José van Oorschot - Mennen tel. 0493-692576

Belastinghulp: Iedere eerste vrijdag van de maand
van 9.00 tot 11.00 uur
(Alleen na afspraak. Bel hiervoor tel. 0493-671234
's ochtends of 's middags op maandag t/m donderdag)

Sociaal Team Asten: **Loket:** dinsdag en donderdag 9.00 tot 12.00 uur
Gemeenschapshuis 't Kwartier – Kerkstraat 10, Asten.
Telefonisch: op maandag t/m donderdag
van 9.00 - 17.00 uur en op vrijdag alleen voor dringende
zaken op het gebied van jeugd. (0493-671234)
Website : www.sociaalteam-asten.nl
Mail: sociaalteam@asten.nl

Rekeningnr. KBO Asten/Ommel: NL21RABO0103630597 Rabo Asten

Website KBO: www.seniorenverenigingastenenommel.nl

De Luidklok:

Eindredactie: Peter Berkvens tel. 06-19955648

Redactielid: Jeanne Melters tel. 06-20746540

Redactieadres: Gré Döpping tel. 0493-692052
deluidklok@gmail.com

Lay-out: Frits Sannen tel. 0493-693028
Ria de Jong tel. 06-39809258

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 clientservicebureau@amaliazorg.nl

website www.amaliazorg.nl



je ogen worden pas echt gezien bij oogwereld Philip

Uw ogen zijn uniek. Dat gaat veel verder dan plussen en minnen. Bij onze winkel meten we daarom veel meer dan alleen de sterkte van uw ogen. Zo controleren wij standaard bij elke oogmeting de gezondheid van uw ogen om tijdig problemen te ontdekken.

gratis
oogmeting
**ter waarde
van 69,- euro**
bij aankoop
van een bril.*

*Vraag in de winkel naar de voorwaarden.



oogwereld | philip
dé kwaliteitsopticien bij u in de buurt

Burgemeester Wijnenstraat 44 • Asten
0493 694 232 • www.oogwereld.nl