

Van onze voorzitter



VOORZITTER

Dec.2024 - Zorgkosten stijgen gestaag verder. De babyboomgeneratie is bezig al aardig op leeftijd te raken, waarmee de zorgvraag nog aanzienlijk verder kan toenemen. Als mensen – met name ouderen – meer voor elkaar gaan doen, kan dit een verlichting van de zorgdruk opleveren. ‘Meer voor elkaar doen’ heeft daarnaast nog

andere positieve effecten.

Denk aan: minder eenzaamheid, meer gevoel van een zinvol bestaan, meer veiligheid, meer zorg voor publieke ruimte, enzovoorts. In algemene zin: meer van het goede leven. Het goede leven is voor de meeste mensen een mix van autonomie, van verbinding met anderen en van betekenis kunnen zijn. Deze drie bouwstenen zijn van belang om te zien hoe wonen en zorg en het goede leven met elkaar in verband staan. Bij gebreken in het goede leven stijgen de zorgvragen.

Maar de samenhang laat bovendien zien dat aandacht voor een ander aan twee kanten relevant is: zowel voor de ontvanger als voor de gever. ‘Iets voor elkaar doen’ of ‘naar elkaar omzien’ zijn bewust ruimere formuleringen dan ‘voor elkaar zorgen’. Waar het om gaat: als het startpunt of het doel is dat mensen min of meer professionele zorg voor elkaar gaan doen, dan werkt het niet. Op de vraag of je de buurman ‘even elke dag onder de douche wilt zetten’, zeggen de meeste mensen hartstochtelijk ‘nee’.

Andersom werkt het wel: als mensen meer van betekenis zijn voor elkaar, dan leidt dat als een soort onbedoeld bijproduct – door verbeterd welbevinden – ook tot een daling van de zorgvraag. Maar, om iets voor elkaar te doen, is het wel noodzakelijk dat mensen elkaar tegenkomen, elkaar enigszins kennen, in elkaars nabijheid verkeren. Dat vergt een omgeving die een lichte mate van contact – alledaagse attentheid – stimuleert.

En precies daar komt het probleem van onze woningmarkt in beeld: de woonvormen waarin ouderen verkeren zijn meestal niet bevorderlijk voor onderling contact en de woningmarkt biedt hen weinig mogelijkheden om daar andere keuzes in te maken. Bovendien zijn er op een aantal naburige terreinen allerlei regels en voorzieningen die gezamenlijk wonen actief ontmoedigen. Zo ontstaat – veelal onbedoeld – een krachtige motor voor eenzaamheid.

En voor een groeiende zorgvraag. Het leven zit niet altijd mee en vroeg of laat komen er in elk mensenleven vraagstukken die niet op te lossen zijn: ziekte, fysieke en mentale beperkingen, verlies van geliefden, et cetera. Juist dan is het belangrijk dat er mensen in de omgeving zijn die een verantwoordelijkheid voelen om elkaar tot steun te zijn en zo goed mogelijk een weg te vinden om enige kwaliteit van leven te behouden of nieuw te ontdekken.

Ook in deze uitgave weer volop wetenswaardigheden vanuit onze seniorenvereniging.

Frans Francissen

Noteer deze belangrijke data

- 3 dec. Sinterklaas-kienen
- 10 dec. Alzheimercafé
- 11 dec. bloemschikken in refter
- **12 dec. info reis Normandië
14.30 uur in Nazareth**
- 15 dec. muziek tijdens inloop
- 13 dec. vrijwilligersavond
- 19 dec. kerstviering
- 21 dec. reis naar kerstshow (uitverkocht)

- **2025**
- 19 jan. presentatie vakantiefoto's, tijdens inloop
- 18 juni fietstocht
- 14 maart start fietsseizoen
- 14 mei ledenvergadering in de refter, inloop 13.30 uur
- 31 mei **2025** Meifeesten bij Dientje
- 15 aug. bedevaart Handel
- 1 okt. dag van de ouderen, Bosparel
- 24 augustus Sail Amsterdam, inschrijven en info Steunpunt
- Iedere eerste dinsdag van de maand kienen
- Elke zondag inloop vanaf 14.00 uur
- Alzheimercafé in De Eendracht, info: Theo v.d. Horst tel. 06 81575431
- Info: steunpunt mantelzorg, tel.: 0492-347458 op dinsdag- en donderdagochtend.
- Website Stichting Nazareth: www.stichtingnazareth.nl

Kan iemand een bezoekje gebruiken? Neem dan contact op met Seniorenvereniging Gemert of Zorgcollectief.

Excursiereis 7 dagen Normandië & Bretagne



We starten deze reis met het mooie Normandië. Hier is het onbezorgd genieten aan de Côte Fleurie, maar staan we uiteraard ook stil bij de indrukwekkende gebeurtenissen van 6 juni 1944. Ook het wereldwonder Mont St.-Michel is zeker een hoogtepunt.

We combineren Normandië met die andere mooie Franse kuststreek: Bretagne. In chique badplaatsen vullen zonnestralen de levendige boulevards. Oesterbanken zijn hier bij eb te bewonderen en de zoete geur van Bretonse lekkernijen als crêpes komt u al van verre tegemoet. Rode zandsteenkliffen, verscholen baaien ... ook dat is Bretagne.

Op 12 december 2024 is er een informatiemiddag in Nazareth. Aanvang 14:30 uur , tot circa 17:00 uur uitleg door Reisorganisatie Kras uit Ammerzoden.

SAIL-OUT op zondag 24 augustus

Deze indrukwekkende gebeurtenis is vanaf 12 dec. bij het Steunpunt te boeken. Daar is ook uitgebreide reisinformatie te vinden. De spectaculaire parade van diverse schepen en boten kunt u aan boord van een schip meegenieten. De boottocht duurt circa 3 uur. Er is een compleet arrangement met onder meer een mini-High-Tea met drankje. De prijs voor deze tocht, incl. busreis, is € 163,00.

Website

Wilt u op de hoogte blijven van het allerlaatste verenigingsnieuws, kijk dan op de website. Daar kunt u ook foto's naar toesturen die u gemaakt hebt van een bepaalde activiteit: webmaster@sv-gemert.nl

19 december Kerstviering

De zaal voor de kerstviering is uitverkocht, maar u kunt zich nog altijd op de reservelijst laten plaatsen.



Bloemschikken

Onder leiding van Jeroen v.d. Putten kunt u in de refter op 11 december vanaf 19.30 uur weer mooie kerststukjes maken,

aanmelden bij de balie van Nazareth. Kosten €16,50 p.p.

U dient zelf een tangetje mee te brengen.

e-mailadressen

Vanaf -01-01-2025 zijn een aantal e-mailadressen van onze vereniging gewijzigd. Hou er rekening mee!!

Extra aandacht!!

- Dinsdag 3 december kienen in het teken van de Sint in de refter, aanvang 13.30 uur
- Zondag 19 jan, inloop met presentatie vakantiefoto's.

Op vrijdag 25 oktober hebben we met goed weer en 43 deelnemers onze laatste fietstocht weer op een sfeervolle manier afgesloten.

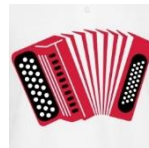


In het mooie park bij de gasterij van Hospice de Populier in Bakel hebben we kunnen genieten van een goed verzorgde lunch. Tijdens de lunchpauze werden zoals vorig jaar de prijsjes uitgereikt aan de deelnemers met de meest gefietste tochten van dit jaar. Dit jaar konden we de volgende deelnemers in het zonnetje zetten (zie bijgaande foto). Op de eerste plaats Fien Siroen met deelname aan 24 fietstochten. Op de tweede plaats, met 22 tochten, Piet van Berlo, Ria v.d. Sanden en Harrie v.d. Heijden. Op de derde plaats Toon van Berlo met 21 tochten. Ook de werkgroep werd door Tonny Creemers namens alle fietsers met een leuke attentie bedankt voor het vele werk en de mooie uitgezette tochten van dit jaar.

Namens de werkgroep Joke, Maria, Lou en Peter, allemaal bedankt voor de prima sfeer en de goede samenwerking. We wensen iedereen een goed en gezond winterseizoen en gaan er alles aan doen om er ook in 2025 weer een mooi seizoen van te maken.

Op vrijdag 14 maart 2025 gaan we het nieuwe seizoen samen weer bespreken in de kapel van Nazareth, inloop vanaf 13.30, aanvang vergadering 14.00. Noteer het vast in je agenda maar het wordt zeker nog een keer vermeld in ons nieuwsbulletin.

Muziek tijdens de Zondag- inloop!



Op zondag 15 december tijdens de inloop is er een optreden van het duo: **Las Suegras**. Zij brengen Spaanse en Portugese liederen ten gehore. Het duo bestaat uit: Liesbeth van de Velden en Marina van Sinten.
De inloop start vanaf 13.30 (tot 16.30 uur). Toegang gratis!

VALPREVENTIE

Bijeenkomst: veilig bewegen in en rondom huis
Bent u bang om te vallen? Naarmate u ouder wordt, kan het zijn dat u balans, stabiliteit en zelfvertrouwen verliest.

Op dinsdag 17 december is er een bijeenkomst over valpreventie in sporthal de Molenbroek van 10.00 tot 12.00 uur voor alle 70-plussers uit de wijk Molenbroek. Deze 70-plussers worden aangeschreven door de gemeente. Verschillende professionals geven dan tips om vallen te voorkomen. Door middel van een aantal vragen en een test bepalen fysiotherapeuten wat uw valrisico is. Aan de hand van het resultaat wordt bekeken of u in aanmerking komt voor een van de verschillende vervolstrainingen. Deze groepstrainingen, onder begeleiding van een fysiotherapeut, zijn gratis. Wanneer deze bijeenkomst goed verloopt, is de volgende bijeenkomst in De Mortel. Vervolgens komen bij goed verloop alle wijken van Gemert en alle kerkdorpen van de gemeente Gemert-Bakel aan de beurt.

Aanmelden

Aanmelden is verplicht en kan via valpreventie@negen.nl
Vermeld daarbij uw voornaam, achternaam, telefoonnummer en woonplaats. Heeft u geen e-mailadres? Dan kunt u bellen naar 077-2058308.



Kerstbeleving bij Alzheimercafé Gemert-Bakel en Laarbeek

*Op dinsdag 10 december staat de
bijeenkomst van het Alzheimercafé
in het teken van Kerstmis.*

Met het kerstverhaal muzikaal
omlijst door Yolanda Vos, een
hapje en een drankje én tijd voor een praatje, willen wij onze
gasten een gezellige avond in kerstsfeer aanbieden.
In tegenstelling tot de andere bijeenkomsten, verwachten wij
u deze keer in 'de Drietip', Nieuwe Biezen 13 in Gemert.
Vanaf 19.00 uur bent u van harte welkom, er zijn geen kosten
aan verbonden.
Het programma begint om 19.30 uur en duurt tot 21.00 uur.

Nieuwe leden:

- *De hr. P. en mevr. R. Verheijen, Julianastr.58*
- *De hr. D. Hendriks, Binderseind 15*
- *Mevr. G. Smits, Nuijeneind 24 Bakel*
- *De hr. H. en mevr. A. van Summeren , Wijst 1*

Overleden leden:

- *Mevr. P. v. Casteren-Janssen*
- *Mevr. T. v.d. Velden-van Stiphout*



***Voor de laatste editie van dit jaar dient u kopij in te leveren
uiterlijk vóór 12.00 uur op maandag 9 december.
Artikeltes maximaal 200 woorden, zo voorkom je dat ze worden
ingekort.***



**Graag op tijd aanleveren. Bent u te laat
daarmee, dan kunnen we helaas niet
meer plaatsen!**

