

Nieuwsblad



KBO Erp-Keldonk-Boerdonk

Nieuwsbrief uitgave 9-2025



Van de voorzitter

De foto op het voorblad laat zien dat we met deze editie van het Nieuwsblad afscheid nemen van een vertrouwd gezicht binnen ons bestuur: José van de Wijdeven. De afgelopen vier jaar heeft zij zich met hart en ziel ingezet als secretaris. Haar werk kenmerkte zich door een enorme toewijding en nauwkeurigheid. Het secretariaat was bij José altijd tot in de puntjes verzorgd, de overleggen waren steevast goed voorbereid en de terugkoppeling naar alle betrokkenen kwam altijd op tijd. We zijn haar zeer dankbaar voor haar inzet, haar betrokkenheid en de rust die zij in haar rol wist uit te stralen. José, namens het hele bestuur: dank je wel!

Met het aanbreken van de zomervakantie hebben we even een korte pauze ingelast. Tijd om op adem te komen, bij te tanken en te genieten van de zon. Inmiddels hebben we de draad weer opgepakt. Naast de vertrouwde activiteiten die u van ons gewend bent, zal het bestuur zich ook actief gaan richten op de gemeenteraadsverkiezingen van 2026. We gaan in gesprek met de lokale partijen en benadrukken daarbij het belang van aandacht voor senioren in hun verkiezingsprogramma's. Want een seniorvriendelijke gemeente begint bij goede plannen en duidelijke keuzes. We hopen u binnenkort weer te ontmoeten bij een van onze activiteiten of via de volgende Nieuwsbrief.

Hartelijke groet,
Toon Kerkhof
voorzitter Senioren Erp-Keldonk-Boerdonk

Stemmen Rabo ClubSupport

De Rabo ClubSupport stemcampagne 2025 start in september.

Ook wij, Senioren Erp-Keldonk-Boerdonk, hebben ons weer ingeschreven. Het doel van onze vereniging is om de opbrengst komend jaar te besteden aan valpreventie- en vitaliteitsprogramma's voor 50 plussers. Zeer belangrijke activiteiten voor senioren om uiteindelijk zo lang mogelijk fit te blijven en zelfstandig te kunnen blijven wonen. Dus laat geen stem verloren gaan en breng uw stem uit op onze mooie vereniging. U kunt uw stem uitbrengen op onze vereniging van 1 tot en met 23 september 2025.

Wij zijn te vinden onder de naam: Senioren Erp-Keldonk-Boerdonk.

Mocht u, in genoemde periode, bij het uitbrengen van uw stem problemen ondervinden dan kunt u voor hulp contact opnemen met het Senioren informatiepunt telefoon 06-53442690.

Lezing Osteoporose

Op **donderdag 11 september** houden we in Sport- en Ontmoetingscentrum Ter Aa in Erp een lezing over botontkalking welke verzorgd wordt door de Osteoporose Vereniging. De lezing begint om **14.00 uur**. Inloop vanaf 13.30 uur. We beginnen deze middag met koffie, er is geen pauze. Einde lezing 15.30 uur.

Als je botten meer dan gemiddeld verzwakt zijn, heb je osteoporose. Vanaf je dertigste worden je botten langzaam steeds minder stevig. Dat geldt voor iedereen. Maar bij osteoporose is de verzwakking van de botten ernstiger en sneller dan normaal. Met zwakkere botten loop je meer risico om een bot te breken, wat ernstige gevolgen kan hebben. Osteoporose is een chronische ziekte. Als je eenmaal osteoporose hebt, gaat de aandoening niet meer weg. Wel is het mogelijk om het zwakker worden van de botten te stoppen of te vertragen. Dat moet gebeuren door een goede behandeling en door aanpassingen in je leefstijl. Ook als je osteopenie hebt, heb je zwakkere botten. De verzwakking van de botten is echter nog niet zo erg als bij osteoporose. Osteoporose noemen we ook: botontkalking, broze botten of poreuze botten.



Wilt u bij deze lezing aanwezig zijn, horen wat de risico's zijn en wat we nog kunnen doen om erger te voorkomen? Meld u dan aan voor **donderdag 4 september** via de aanmeldstrook in de bijlage.

Maand activiteiten

28 aug.	Bezoek Alpaca farm Vorstenbosch
1-23 sept.	Stemmen Rabo ClubSupport
11 sept.	Lezing Osteoporose - Botontkalking
16 sept.	info-uurtje Leesclub
16 sept.	Alzheimer café Veghel - rol huisarts
25 sept.	Vrijwilligersavond
30 sept.	Info-uurtje Kunst door de brievenbus
2 okt.	Internationale Dag van de Ouderen
7 okt.	Senioren zelf aan zet

De redactie is in handen van Toos van de Wetering (0492-464579 Veerstraat 23 Boerdonk) en Ine van Vugt (06-81414345 Voordijk 10 Erp). Zie de website www.KBO-erp-keldonk-boerdonk.nl

Senioren Zelf aan Zet Praat vandaag over morgen

Senioren Brabant-Zeeland, Seniorenraad Erp en onze vereniging KBO/Senioren Erp-Keldonk-Boerdonk organiseren op **dinsdag 7 oktober vanaf 19:30 uur** in Ter Aa in Erp de 3e bijeenkomst van Senioren Zelf aan Zet. Deze staat in het teken van 'Zorg'.

De toekomst van de zorg is thuis want verzorgingshuizen hebben slechts zeer beperkt plaatsen beschikbaar. Het tekort aan zorgverleners zal de komende jaren nog verder toenemen omdat veel zorgverleners met pensioen gaan. Dit zijn belangrijke ontwikkelingen in de zorg! In hoeverre kunt u rekenen op zorg wanneer u ouder wordt en de vitaliteit gaat afnemen?



Met concrete voorbeelden wordt helder gemaakt hoe belangrijk het is om nu al stil te staan bij later en daar het gesprek over aan te gaan. Hoewel veel mensen liever niet om hulp vragen is het toch belangrijk om nu al te bespreken hoe elkaar te helpen als er later zorg nodig is. Zo houdt men de regie over de eigen zorg.

Onderwerpen die tijdens deze bijeenkomst o.a. aan de orde komen zijn:

Wat gaat er veranderen in de zorg? Hoe kunnen we ons voorbereiden op de veranderingen in de zorg?

Wat kunnen we zelf doen om langer vitaal te blijven?

Hoe belangrijk is een sociaal netwerk? Wat betekent: 'Zorg voor elkaar?'

Hoe kijken professionals tegen deze vragen aan en wat is het advies?

Sprekers die u kunt verwachten tijdens deze bijeenkomst zijn: Thuiszorg/wijkverpleging, Casemanager, Welzijnsorganisatie, Mantelzorgmakelaar, Palliatieve zorgverlener. Wat zijn hun ervaringen? Wat doen ze en wat doen ze niet meer? Wat zijn hun ervaringen bij dementiezorg thuis? Welke organisaties zijn actief in de gemeente om preventief te adviseren op het gebied van welzijn en zorg? Denk aan cliëntondersteuner WMO, welzijnsorganisatie, dorpsondersteuner/opbouwwerk, ouderenadviseur.

Kortom, het belooft opnieuw een interessante en boeiende avond te worden waarbij er gelegenheid is om met elkaar in gesprek te gaan over dit thema.

Aanmelden voor deze avond kan via de aanmeldstrook op de achterzijde van de bijlage, graag voor **30 september**.

Vooraankondiging Internationale Dag van de Ouderen

De Internationale Dag van de Ouderen dag wordt al meer dan 30 jaren gevierd op of rond 1 oktober. Nationaal wordt de Dag van de Ouderen in Nederland gevierd op de eerste vrijdag van oktober en lokaal organiseert Senioren Erp-

Keldonk-Boerdonk dit jaar voor onze senioren een middagprogramma op **donderdag 2 oktober 2025 van 14.00 uur tot 16.30 uur in Ter Aa, Den Uil 1A te Erp. Zet deze datum alvast in uw agenda.**



In onze nieuwsbrief 10 (verschijnt 23 september) volgt aanvullende informatie en dan kunt u zich aanmelden voor deze gezellige middag. De bijgevoegde foto geeft een terugblik naar de viering van de Dag van de Ouderen in Ter Aa op 7 oktober 2024

Weekprogramma in Erp-Keldonk-Boerdonk

Dag	Activiteit. Locatie ter Aa tenzij anders vermeld	Tijd
Zondag	14 sept. Ontmoeting op Zondag (0492-464579)	14.00-16.00
Maandag	1, 8, 15, 22, 29 sept. bridgen (06 57949133)	13.30-17.00
	1 sept. kienen (0492-464579)	13.45-15.45
	1, 8,15, 22, 29 sept. biljarten (06 50522489)	13.00-16.30
Dinsdag	2, 9, 16, 23, 30 sept. jeu de boules (0413-212119)	9.30-11.30
	2, 9, 16, 23, 30 sept. biljarten in ter Aa, 't Span, den Hazenpot	13.00-16.30
	2, 16, 23, 30 sept. creatief handwerken (06 51816424)	14.00-16.30
	2, 9, 16, 23, 30 sept. walking sports op velden Korfrakkers (06 53442690)	09.30-11.30
	9 sept. gespreksgroep (06 13696435)	10.00-11.30
	9 sept. Prijskaarten (0413-212329)	13.30-17.00
Woensdag	3, 10, 17, 24 sept. biljarten ter Aa (06 50522489)	13.00-16.30
	3, 10, 17, 24 sept. koor "Vrolijk Zingen Wij" (06 55890382)	14.00-15.30
	3 sept. wandelen (startplaats den Hazenpot), 10 sept. (ter Aa), 17 sept. ('t Span), 24 sept. (den Hazenpot) (0413-209578)	9.15-.....
Donderdag	4, 11, 18, 25 sept. rikken (06 30147669)	13.30-17.00
	4, 11, 18, 25 sept. koersbal den Hazenpot (06 57251332)	13.30-16.00
	4, 11, 18, 25 sept. fietsen vanaf Hertog Janplein (06 30497774)	13.30-.....
	4, 11, 18, 25 sept. biljarten in ter Aa , 't Span, den Hazenpot	13.00-16.30
	11, 25 sept. schaken (06 12152994)	19.30-.....
	4, 11, 18, 25 sept. walking sports op velden Korfrakkers (06 53442690)	9.30-11.30
Alle dagen	Senioren Informatiepunt (06 53442690)	9.00-17.00

Voorkom longontsteking

Op **woensdag 11 juni** hebben ruim 60 personen een heel goede medische lezing bijgewoond over het voorkomen van longontsteking. In duidelijke taal is uitgelegd wat de belangrijkste oorzaken van longontsteking zijn en ook wanneer we actie moeten ondernemen. Deze lezing is mogelijk gemaakt door Longfonds.nl, waar u ook leerzame filmpjes kunt bekijken.

Gezellige middag Van Haandel

Woensdag 9 juli hebben 100 leden genoten van een mooie ontspannen middag bij van Haandel. De deelnemers hebben kunnen kiezen uit de spellen rummikub, kienen, jokeren of rikken. Na afloop van de speelrondes is er weer een goed verzorgd diner geserveerd, waarvan is genoten. Omstreeks 18.30 uur ging iedereen weer tevreden huiswaarts.



Schooltje



Smederij

Boerenbondsmuseum

Het Boerenbondsmuseum in Gemert trekt veel bezoekers en een aantal van onze leden heeft op de zonnige woensdag **25 juni** het mooie museum bezocht, gevestigd bij het geboortehuis van Pater van den Elsen. Deze "boerenapostel" heeft veel bijgedragen aan de Brabantse landbouw en is de grondlegger van diverse coöperaties. Denk aan de NCB en de Boerenleenbank. In het museum zie je de boerderij, ambachtshuisjes, akkers en leefwijze van de Brabanders vanaf 1900. De bezoekers hebben aandachtig geluisterd naar de uitleg door de 3 gidsen bij elk gebouw. Mooi om te zien hoe vroeger de Brabantse boeren en burgers leefden.