

Even Bijpraten

Nieuwsbrief Senioren Vereniging Sambeek

Lid van KBO-Brabant

Secretaris: Gerrie Hooiveld-Flos, Pater Bunsstraat 2, tel. 0485-573218 10^e jaargang nr. 9 – SEPTEMBER 2020

Opgericht

29 januari 1957



HOE NU VERDER??

Hoe nu verder was het belangrijkste agendapunt tijdens de eerste vergadering van het vernieuwde bestuur. Het is voor iedereen een rare en onzekere tijd, daarom is het voor het bestuur ook erg moeilijk om iets te plannen of te organiseren.

Er waren 2 personen van de vereniging bij het kermiscomité aangeschoven om te kijken of we samen iets konden organiseren voor de Seniorenvereniging.

Iedereen was op dat moment enthousiast om er iets leuks van te maken met de op dat moment



geldende regels van het RIVM, maar helaas is het inmiddels, zoals iedereen heeft kunnen lezen, door de gemeente afgeblazen.

Het enige wat momenteel goed loopt is het wekelijkse koffie-uurtje op donderdag in de Warandahal (Foto) en vanaf september weer in de Elsenhof. Iedere keer zo tussen de 15 en 20 personen waar gezellig met elkaar een uurtje gekletst wordt. We hopen toch dit jaar nog een algemene ledenvergadering te kunnen organiseren in welke vorm dan ook. Dit ook vooral om toch een keer echt officieel afscheid te kunnen nemen van de afgetreden bestuursleden.

Tevens is besloten om onze Nieuwsbrief "Even Bijpraten" absoluut te handhaven. Jan Derikx zal het voorlopig onder zijn beheer blijven voortzetten maar niet voor eeuwig. Dus vanuit het bestuur een oproep om een opvolger voor Jan.

Ik hoop dat iedereen gezond en vooral voorzichtig blijft zodat we een tweede Lock down kunnen voorkomen. Samen gaan we door deze pandemie heen komen. Sterkte allen.

Gerrit Biersteker, voorzitter

Vanaf maandag 31 augustus is De Elsenhof weer open

Activiteiten gaan weer van start

Het ziet er nu naar uit dat de coronacrisis aan het afnemen is, maar oppassen blijft voor ons allen noodzakelijk. Inmiddels worden de maatregelen enigszins afgeschaald en gaan, zij het met de tot nu toe geldende RIVM-richtlijnen, weer enkele activiteiten opstarten. De activiteitengroep **Meer Bewegen voor Ouderen** (MBvO) bij **maandag 31 augustus** het spits af. Om alles op een rijtje te zetten, een verantwoorde opstart binnen de dan geldende RIVM-regels vraagt een zorgvuldige voorbereiding. De ruimte van de grote zaal is groot genoeg. Er is wel overleg gaande of de luchtverversing voldoende functioneert. **In onderling overleg met Susan en docent Antonet Oosterlaken is besloten om de eerste samenkomst te beginnen als koffie-uurtje. Dus maandag 31 augustus, aanvang 11.00 uur** in De Elsenhof. Op deze bijeenkomst kan docent Antonet dan ook duidelijker tekst en uitleg geven wat verder de bedoeling is. Immers, deze week is er nog een bijeenkomst in Rijkevoort met de SWOGB, docenten en coördinatoren.

De groep **stoelyoga** gaat op **dinsdag 1 september van 10.45 uur tot 11.45 uur** beginnen onder leiding van Jolanda Moes. Ook daar is, volgens de normen van de RIVM-regels, voldoende ruimte.

Biljarten: Ook het biljarten kan maandag 31 augustus weer beginnen. (De biljartzaal is inmiddels bezet van maandag tot en met vrijdag van 09.30 uur tot 12.00 en 's middags 13.30 uur tot 16.30 uur.) **Natuurlijk ook hier gelden de richtlijnen van het R.I.V.M. en de Gemeente Boxmeer.** De deelnemers dienen de aanwijzingen van Susan op te volgen. Datzelfde is van toepassing voor de koersballers. Info bij Susan. Kaartbijeenkomsten zijn voorlopig helaas nog niet mogelijk.

Alle wandelingen IVN / KBO tot 1 januari 2021 geannuleerd

De ontwikkelingen m.b.t. corona maakt ons IVN ernstig zorgen. Na goed overleg hebben we daarom moeten besluiten om al onze wandelingen vanaf nu, voorlopig tot 1 januari 2021, te annuleren. Heel jammer, maar wij achten het niet verantwoord om met groepen te gaan wandelen. (Wij behoren immers allen tot de bekende risico-groep).



Groetjes, PJH Schoenmakers

Op zaterdag 19 september weer Opschoondag in Sambeek

Op zaterdag 19 september vindt de Landelijke Opschoondag weer plaats. In heel Nederland gaan vrijwilligers de straat op om zwerfafval op te ruimen. In Sambeek gaan leden van de Senioren Vereniging Sambeek, gefaciliteerd door de Dorpsraad, aan de slag om de doorgaande wegen in het buitengebied en dorpskern weer netjes te krijgen. Doet u ook mee?!

De schoonmaakactie begint op zaterdagmorgen 19 september a.s. om 09.00 uur vanaf Buurthuis De Elsenhof. Rond 11.45 uur hoopt men Sambeek weer netjes te hebben. Na afloop wordt een kopje koffie of thee met lekkers aangeboden door de Dorpsraad. Meld u tijdig aan!!

Ook niet-leden van de Seniorenvereniging kunnen zich aanmelden bij de coördinatoren Henk Peters, tel. 06-27155765, peters41.h@gmail.com of Cor Thijssen 06-22692758

Corwilmathijssensen@hotmail.com

Wanneer u deelneemt, dan wordt u voorzien van alle benodigde materialen: veiligheids-hesjes, knijpers, handschoenen en afvalzakken.

Senioren Vereniging Sambeek en Dorpsraad Sambeek

Bestuur Senioren Vereniging Sambeek

Voorzitter	Gerrit Biersteker	06-15680179	g.biersteker@versatel.nl
Secretaris	Gerrie Hooiveld-Flos	0485-573218	hooiv068@planet.nl
Penningmeester en ledenadministratie	Ruud van Bree	0485-576219	rvanbree@home.nl
Bestuurslid	Wil van den Broek	0485-576085	theo/wil@ziggo.nl
Bestuurslid	Wilma Thijssen-Huijbers	06-54282358	wilma.thijssen@hotmail.com
Bestuurslid	Martin Zeegers	06-45688238	martinzeegers@kpnmail.nl

Meer fiets-ongelukken met dodelijke afloop onder senioren



Uit de cijfers van het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) blijkt dat steeds meer ouderen omkomen bij een fiets-ongeluk. Het aantal 70-plussers dat om het leven is gekomen bij een ongeluk met de fiets is de afgelopen twintig jaar toegenomen met 68 procent. Van alle fiets-doden was vorig jaar liefst 59 procent 70 jaar of ouder.

De afgelopen twintig jaar ligt het aantal fiets-doden rond de 200 per jaar, waarvan helaas de gemiddelde leeftijd van de slachtoffers is gestegen. Reden van die bruske stijging is dat ons Nederland steeds meer 70-plussers telt, maar beslist ook omdat deze groep steeds meer fietst, mede

dankzij de E-bike. En met name eenzijdige ongelukken met een E-bike vormen een probleem, zoals tegen een paaltje of een stoeprand rijden.

Maatregelen

Volgens KBO-PCOB is het mogelijk om met een paar eenvoudige maatregelen het aantal (dodelijke) slachtoffers te verminderen:

- Stimuleer provincies en gemeenten om de infrastructuur aan te passen, bijvoorbeeld bredere fietspaden aan te leggen.
- Stel o.a. fiets-lessen voor de elektrische fiets ter beschikking, want hier vinden veel ongevallen mee plaats.

Overigens, met enige regelmaat organiseren lokale KBO- en PCOB-afdelingen cursussen om met een E-bike te fietsen. Mocht u dit ook willen, informeer bij uw afdeling of er binnenkort een cursus is.



KBO-PCOB:

Denk aan de mantelzorgers bij mogelijke nieuwe coronagolf!

KBO-PCOB staat volledig achter het advies van het Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP) om bij een mogelijke tweede coronagolf nadrukkelijker rekening te houden met het belang en de specifieke situatie van de mantelzorgers. Het risico op overbelasting van mantelzorgers neemt af als bij het maken van keuzes over het afschalen of stopzetten van de thuiszorg en dagbesteding ook aan de gevolgen voor de mantelzorgers wordt gedacht.

De SCP-publicatie Beleidssignalement maatschappelijke gevolgen coronamaatregelen Mantelzorgers van 14 juli j.l., beveelt verder aan om mantelzorgers bij een nieuwe ervaring van besmettingen te betrekken bij het maken van concrete afspraken over mogelijkheden tot bezoek aan bewoners van instellingen. Daarnaast moet er voor mantelzorgers goede en begrijpelijke informatie beschikbaar zijn, zodat zij weten waar ze aan toe zijn. KBO-PCOB vindt daarnaast dat het voor mantelzorgers duidelijk moet zijn bij wie zij kunnen aankloppen als ze hulp nodig hebben.

Zodra het kabinet en de Tweede Kamer na hun zomervakantie weer met dit onderwerp aan de slag gaan, zal KBO-PCOB het belang van goede ondersteuning van en communicatie met de betreffende mantelzorg(ers) in een mogelijke tweede coronagolf onder de aandacht van de politiek brengen. Ook met zorgaanbieders willen wij hierover in gesprek.

Phishing per post over ING-inloggegevens

Een brief van de ING waarin wordt gevraagd naar gebruikersnaam, wachtwoord en een pinpas, is foute boel. Pas op voor deze phishing per post.

Oplichters proberen met een brief die zogenaamd van de ING is aan inloggegevens en bankpassen te komen. De betaalpas van de ontvanger zou moeten worden vervangen, zo staat in de brief te lezen. Qua uiterlijk lijkt de brief echt van de ING te komen. Maar inhoudelijk is er duidelijk iets niet in de haak. De taalfouten in de brief wijzen erop dat hij niet echt van de bank komt. Bovendien vragen de oplichters naar een wachtwoord en gebruikersnaam. Dit doen banken absoluut nooit. Duidelijk phishing dus.

Wees ook gewaarschuwd bij brieven. Die lijken misschien betrouwbaarder dan e-mails. Juist daarom proberen oplichters zo hun kans te grijpen.

Financiële resultaten 5 grootste pensioenfondsen van Nederland

De klappen op de beurs vanwege de corona-pandemie is in het 2^e kwartaal praktisch geheel weer ingelopen. T.o.v. het 1^e kwartaal 2020 zijn de activa weer met € 107 miljard gestegen. Dat is meer dan 3x de jaaruitgaven van pensioenuitkeringen!!! Maar door een daling van de totaal ongeschikte rekenrente (nu ca. **0,30%**) als parameter voor de berekening van de verplichtingen zijn de dekkingsgraden van 4 van de 5 nog onvoldoende. Terwijl de 10-jarig gemiddelde gerealiseerde rendementen variëren tussen de **6,8% (ABP) en de 9,2% (Bouw)**. Een voorzichtig gemiddelde van **4%** zou dan een dekkingsgraad van **143** opleveren, dus geen enkel probleem met indexeren en inhaalindexatie. Waarvan serieuze akte.

Vermogens pensioenfondsen 1997 t/m/ 2^e kwartaal 2020

Het totaal pensioenvermogen is weer gestegen tot € 1.569 miljard, een stijging van € 107 miljard t.o.v. het 1^e kwartaal 2020. De pensioenuitkeringen kunnen 49 jaar uit het pensioenvermogen worden betaald zonder dat er premie hoeft te worden betaald.

"Het pensioenvermogen is in staat om alle schokken op te vangen en maakt indexatie en inhaalindexatie zonder problemen mogelijk"!! !

Fietstochten weer begonnen

De derde dinsdag in augustus hebben we weer gezellig in groepsverband gefietst. Niet zoals aanvankelijk gepland stond naar kasteel Kloster Graeventall in Goch. Gezien de corona-perikelen, verplicht mondkapjes dragen in het kasteel, hebben we (toch nog wel) dertien fietsers) gekozen voor een andere route. Het was een heel mooie route door de Staatsbossen en, na de oversteek van De Quayweg, richting Wanroij voor de koffie. Onderweg werd de 1,5 meter in acht nemen. Ook de terugweg, via De Walsert, Rijkevoort verliep vlekkeloos. Al met al een mooie route onder prachtige weersomstandigheden.

Er is afgesproken vanaf nu elke dinsdagmiddag, samenkomst om 13.30 uur, weer in groepsverband te gaan fietsen Dat alles onder strikte handhaving van de RIVM-richtlijnen, dus anderhalve meter afstand en zoveel mogelijk achter elkaar. De derde dinsdag in september is er weer een georganiseerde fietstocht. Misschien kunnen we dan wel naar het kasteel Graeventall. We zien wel !

Jeu de Boules



Op de banen achter de kantine van voetbalvereniging Sambeek is het jeu de boules weer begonnen. Elke maandagmiddag van 14.00 uur tot 16.00 uur wordt er gespeeld.

Andere dagen zijn nog vrij. Dus er is nog voldoende ruimte om jeu de boules te spelen. Interesse? Kom op maandagmiddag vrijblijvend kijken.

Bij alle activiteiten moet rekening gehouden worden met de "Corona- maatregelen", zoals: belangrijk anderhalve meter afstand, handen wassen en gebruiksartikelen ontsmetten.

Samen weer een gezellig etentje

Op vrijdag 25 september hebben we het etentje voor alleenstaande en ouderen, in samenwerking met het oranjefonds, weer gepland staan. Hopelijk komen jullie dan met z'n allen weer gezellig eten

en bijkletsen. De zaal wordt ook dan ingericht volgens de richtlijnen van het R.I.V.M.

Aanvangstijd 12.30 uur. Kosten bedragen € 12,50. Opgeven kan vanaf 31 augustus

2020 bij De Elsenhof. Wij zouden het leuk vinden als U komt. (Bellen mag ook).

Telefoon 06-23754220 (Susan).

Doe voorzichtig en hopelijk zien we jullie vanaf 31 augustus weer bij de vertrouwde

De Elsenhof.

Bestuur en Beheer De Elsenhof Sambeek

Seniorenbios Malden:

024 - 622 13 46

WhatsApp ons

Cine Twins, Kerkplein 2b te Malden, verwelkomt u heel graag voor deze voorstelling op



dinsdag 8 september, met de film: **RED JOAN**

De film begint om 15.45 uur en op vertoon van uw KBO-lidmaatschapskaart geldt een gereduceerd tarief van (€ 7,- i.p.v. € 10,90).

Het verhaal: Oscarwinnares Judi Dench (*Philomena*) schittert als vanouds in de film **RED JOAN**, een historisch en waargebeurd misdaaddrama over een vrouw die ten tijde van de Tweede Wereldoorlog de geschiedenis voorgoed veranderde. De Britse Joan (Judi Dench) is in de 80 en leidt een rustig leven, wanneer ze plots wordt gearresteerd voor verraad en spionage. Terwijl ze de zeer ernstige beschuldigingen onder ogen moet komen, blikt Joan terug op haar jonge jaren. Daar blinkt ze uit als ambitieuze twintiger Joan (Sophie Cookson) wanneer ze in de jaren '30 natuurkunde studeert aan Cambridge University. Al snel valt Joan als een blok voor de charmante Leo, maar wanneer ze een baan krijgt als assistent bij een geheim staatsproject, verkeert ze in tweestrijd tussen haar idealen en de liefde.

Waar blijven onze nieuwe "Nieuwsbrief"-schrijvers ? ? ?

Als er ooit iets is waarvan u denkt "hé, dat is nou echt iets voor de nieuwsbrief Even Bijpraten" meldt het gerust dan zorgen wij ervoor dat het erin komt te staan. De redactie wenst u een fijne periode en hoopt dat u allemaal kunt genieten van het stukje meer vrijheid dat we nu hebben dan dat dat in de afgelopen maanden het geval is geweest. Zorg goed voor u zelf. Blijf gezond en let nog een beetje op elkaar, zodat wat we nu hebben kunnen houden en het stukje bij beetje beter wordt.

Nog even doorbijten en dan hopen we in de nieuwsbrief van oktober (verschijnt eind september) positief te kunnen schrijven met concrete informatie over de start van onze activiteiten. Houdt allen vol !!! MAAR VOLG DE ADVIEZEN VAN DIT MOMENT !

Lief en Leed

Vanaf deze plaats feliciteren wij de leden die de komende periode hun verjaardag vieren.

Alle leden die te kampen hebben met ziekten, in welke vorm dan ook, heel veel sterkte toegewenst en indien mogelijk een spoedig herstel !!!

Actueel nieuws: U leest het op: www.sv-sambeek.nl

Redactie Nieuwsbrief: Jan Derikx, telefoon 0485-573033. E-mail: jderikx@hetnet.nl