

Even Bijpraten

Nieuwsbrief Senioren Vereniging Sambeek

Secretariaat: Pater Bunsstraat 2, 5836 BR Sambeek. Tel. 0485-573218

Sinds 1957



11^e jaargang nr. 1 – JANUARI 2021

Een Raar Jaar

Toen ik begin dit jaar een snuffelstage had bij een vergadering van de Seniorenvereniging om eventueel deel uit te gaan maken van het bestuur, had ik niet kunnen bedenken dat we nu in deze situatie zouden zitten.

Er is heel veel gebeurd, maar ook heel veel niet. Het kwam zelfs zover dat we als bestuur niet meer konden vergaderen zoals dat gewoon was, maar digitaal via Zoom was in dit geval de oplossing, zodat we toch de lopende dingen konden oppakken en bespreken en dit ging heel erg goed op deze manier.

Iedere keer met veel enthousiasme plannen maken en dan vervolgens weer uit moeten stellen was soms vervelend, maar we blijven optimistisch en vooral vooruit kijken naar de toekomst.

Dit jaar ook geen kerstviering en in januari ook geen Nieuwjaars borrel gezellig samen in de Elsenhof, heel erg jammer maar volgend jaar gaan we dat dubbel en dwars inhalen als dat mogelijk is!

De ochtend na de toespraak van premier Rutte als ik dit stukje zit te schrijven ben ik nog steeds verbaasd over de demonstranten die met veel bombarie de toespraak probeerden te verstoren.

Iedereen mag in ons land gelukkig een mening hebben, maar dit soort groepjes zijn er wel de oorzaak van dat deze besluiten moesten worden genomen en dat is heel sneu voor de grote meerderheid van de bevolking die zich wel aan de regels houdt.

Ik hoop dan ook van harte dat we half januari kunnen zeggen dat het heeft geholpen en de regels versoepeld kunnen worden, want er gloort hoop aan de horizon vooral als er begonnen kan worden met vaccineren.

Wij hopen als bestuur dat toch iedereen een fijne kerst zal hebben en een snel uiteinde van dit jaar, zodat we vol goede moed het nieuwe jaar kunnen ingaan.

Blijf allemaal gezond en ik hoop jullie straks in het komend jaar snel een keer te kunnen ontmoeten tijdens een gezellige bijeenkomst in de Elsenhof!

Met een hartelijke groet,
Gerrit Biersteker
Voorzitter

De Elsenhof tot en met 19 januari 2021 op slot

De pandemie van het coronavirus is er de oorzaak van, dat wij dit jaar niet zoals gebruikelijk bij elkaar kunnen komen.

Alle groepsactiviteiten kunnen dus niet doorgaan en ook zijn alle beweegactiviteiten van het SWOGB afgelast.

PS.: (Uitvaarten max. 100 personen zijn volgens de richtlijnen van het RIVM, wel toegestaan bij de Elsenhof evt. in combinatie met koffie en een hapje).

Namens Bestuur en Beheer van de Elsenhof Sambeek wensen wij U



FIJNE FEESTDAGEN EN EEN GOED 2021!

Met vriendelijke groet,
Susan Nabuurs

Eetgroep Samen Tafelen

Vind jij het leuk om te koken, gasten te ontvangen en gezellig samen met hen te tafelen? Dan is de eetgroep Samen Tafelen echt iets voor jou? Het is een enthousiaste club vrijwilligers die wekelijks op woensdag en donderdag een lekkere en gezonde maaltijd kookt voor een vaste groep deelnemers in de keukens van Stichting Actief. Helaas ligt het NU vanwege corona al een tijdje stil, maar in 't voorjaar hopen we weer te kunnen starten. Het team is nog op zoek naar vrijwilligers. Ook als je niet wekelijks beschikbaar bent ontvangen dankbare gasten en betrokken vrijwilligers je graag. Meer weten? Info bij Samantha. Reageer via samantharegeer@sociom.nl of bel naar 06-13508839.

Lidmaatschap 2021

In even Bijpraten uitgave nummer 12 december 2020 staat vermeld wat u moet doen als u uw lidmaatschap zou willen beëindigen. Wij hopen echter dat u ons trouw blijft, zodat wij op onze beurt diverse activiteiten voor u mogen organiseren.

De contributie nota's ontvangt u per mail of per post in de tweede week van januari 2021. Als u ons een machtiging heeft afgegeven voor automatisch incasso, zal ultimo januari 2021 de contributie worden afgeschreven van uw bankrekening. Geen machtiging afgegeven, dan mag u de contributie zelf overmaken. De contributie blijft € 18,--.

Door de huidige corona-maatregelen, hebben wij niet alles kunnen bieden wat wij graag zouden willen. Wij gaan van de positieve gedachten uit dat we er samen uit gaan komen, en we in de loop van 2021 weer als vanouds onze activiteiten kunnen organiseren. Als vereniging hebben wij ook onze verplichtingen, o.a richting de bond.

Derhalve is in het bestuur besloten dat we ten opzichte van 2020 de contributie niet wijzigen.

De penningmeester

Juridische helpdesk KBO-Brabant

Leden kunnen met vragen over bijvoorbeeld verzekeringen, rijbewijzen (CBR), financiën, belasting, etc. bij onze juridische helpdesk terecht. Op het vlak van de WMO is onze helpdesk zelfs als expertisecentrum te kwalificeren. De helpdesk past volledig in de visie van KBO-Brabant als belangenbehartiger van senioren en is dan ook een van de pijlers onder het bestaansrecht van onze vereniging. Ook heeft de helpdesk gaandeweg een breder karakter gekregen dan alleen juridisch advies. Missie van de helpdesk: '*Mensen de weg wijzen*'. In onze complexe, in toenemende mate digitale, maatschappij bieden we ouderen die moeilijk de weg kunnen vinden eerste hulp, feitelijk in elke situatie. Wij zijn een vraagbaak die antwoorden geeft, kan begeleiden en waar nodig doorverwijst naar de juiste professional (advocaat, notaris, accountant, zorgverlener, etc.). En op specifieke gebieden (WMO) bieden we zelfs volledige juridische ondersteuning tot en met procederen.

Doel is om de toegankelijkheid van de helpdesk nog meer te vergroten door de drempel om advies in te winnen nog meer te verlagen. Voor vragen of informatie: beleidsmedewerker Frank van Rooy, fvanrooy@kbo-brabant.nl

RUBRIEK: LEDEN VOOR LEDEN! ! !

Bij deze een recept van een soep. Namelijk Grieperdepiep (venkelsoep) schijnt goed te doen als je grieperig bent maar kan natuurlijk altijd.

Voor 2 personen.

Schijf knolselderij van ong. 2 cm dik. Geschild en in blokjes.

1 grote winterwortel in plakjes

1 venkel, in stukjes (loof apart.)

2 eetlepels olijfolie

Halve liter water

Zout of bouillonblokjes

Peper

125 gram Kipfilet.

Fruit de groenten (houd een beetje van alles achter) in olie tot ze een beetje bruin kleuren. Voeg water, zout, peper en kipfilet toe en laat alles een half uurtje op een lage stand trekken. Schep het schuim eraf en haal of zeef de groenten eruit en doe de overgebleven verse groente er in, laat zachtjes gaar worden en serveer de soep met een plakje venkelgroen.

Wil je liever een vegetarische soep?

Laat dan de kip weg en voeg een beetje sojasaus en kleine blokjes tofu toe.

Kerststallen-tentoonstelling in de St. Petrusbasiliek te Boxmeer

In de St. Petrusbasiliek in Boxmeer is van woensdag 9 december 2020 tot en met zondag 3 januari 2021 de traditionele kerststallen-tentoonstelling. Heel bijzonder om te zien!

De tentoonstelling is dagelijks geopend van 13.30 uur tot 16.30 uur.

In verband met het coronavirus gelden er uiteraard maatregelen. Naast de gebruikelijke coronamaatregelen moet u er rekening mee houden dat er maximaal 30 personen aanwezig mogen zijn in de basiliek en dat een mondkapje verplicht is. Dit jaar is er geen koffie/thee.

Pensioenakkoord: niet indexatie maar kortingen dichterbij

Kortingen blijven waarschijnlijk, verhogingen zijn voor de meeste Nederlanders tot 2026 onhaalbaar. De belofte van minister Koolmees en sociale partners om indexatie sneller mogelijk te maken, blijkt een dode mus. De komende jaren wordt het voor gepensioneerden met de uitholling van de pensioenen zeker minder, waar het in het nieuwe stelsel minder zeker wordt. Het slechtste van twee werelden wordt zo bijeengebracht.

Dat concluderen de ouderenorganisaties ANBO, KBO-PCOB en de Koepel Gepensioneerden over het zogeheten transitie-ftk na eerste bestudering van de pensioenbrief die minister Koolmees vandaag naar de Tweede Kamer heeft gestuurd. De ouderenorganisaties hebben zich constructief opgesteld ten opzichte van het nieuwe stelsel, maar concluderen dat de gepensioneerden na twaalf jaar stilstand niet of nauwelijks zullen profiteren van het nieuwe stelsel.

Tips voor feestdagen op afstand

- Spreek met andere familieleden af om op hetzelfde tijdstip online met elkaar te bellen via bijvoorbeeld Skype of Zoom. De anderen zijn er dan ook min of meer bij. Je kunt afspreken om samen te eten (maak allemaal hetzelfde) of koffie te drinken.
- Andere familieleden kunnen vooraf een korte videoboodschap opnemen die je monteert tot een gezellig filmpje vol lieve, grappige (kerst)groeten. Je kunt zo bijvoorbeeld ook gedichtjes opnemen en laten zien tijdens een heerlijk avondje.
- In de app 'Dat ben ik' kun je foto's, filmpjes en bijbehorende anekdotes over vroegere feestdagen plaatsen. Je kunt ze samen bekijken en herinneringen ophalen. De app kun je delen met verzorgenden in het verpleeghuis.

• Maak familierecepten

Nu de horeca (vooral nog) gesloten is ontkom je er niet aan zelf uitgebreid in de keuken te staan. Om de familie toch een beetje in huis te halen en een vertrouwd gevoel op te wekken, kun je favoriete familiegerechten bereiden. En als je echt in de stemming bent kun je ook een digitaal familiereceptenboekje samenstellen, zodat iedereen van wat comfort food kan genieten.

• Deel maaltijden met de buurt

Een familierecept bereiden voor één persoon is misschien wat veel. Heb je restjes koek, cake of stoofpot over? Breng deze dan langs bij burens en vrienden in de buurt.

• Bezoek een nostalgische plaats

Om toch een beetje het „December-gevoel“ vast te houden, kun je plekken bezoeken die een fijne herinnering oproepen.

Informatie en contact

In de gemeente

- **Ons Thuis:** www.onsthuus.nl
- **Sociom:** telefoonnummer 0485 – 700 500, mailadres: info@sociom.nl
- **Mooiland:** kletslijn www.mooiland.nl/actueel/actueel-nieuws/nieuwsbericht/de-mooiland-kletslijn.

Ben of ken jij iemand die behoefte heeft aan sociaal contact? Iemand die het fijn vindt om een of twee keer per week gebeld te worden om even gezellig te kletsen? Stuur dan een e-mail naar kcc@mooiland.nl met in de titel: Kletslijn. Of bel naar Mooiland: 088 450 10 10.

Landelijke initiatieven

- **Rode kruis** heeft hulplijn 070-4455888 voor hulp advies en een luisterend oor. Dit nummer is van maandag t/m vrijdag bereikbaar tussen 9:00 – 21:00 uur en op zaterdag tussen 10:00-16:00 uur.
- **De Luisterlijn** staat klaar voor mensen die zich eenzaam voelen en graag een praatje willen maken en hun verhaal willen delen. Voor een luisterend oor zijn zij 24 uur per dag bereikbaar op telefoonnummer 0900-0767. Daarnaast is het ook mogelijk om ze via de chat of e-mail te bereiken via www.deluisterlijn.nl.

Fraude bij bankieren, handige website

Iedereen moet blijven oppassen met fraude, maar waar moet je allemaal op letten? Er is een website met handige informatie: <https://www.veiligbankieren.nl/>

Van de Bestuurstafel:

Het jaar 2020 was door corona een "troebel" jaar, waardoor we als Senioren Vereniging weinig voor onze leden konden organiseren. Door de opgelegde coronamaatregelen stonden we met de rug tegen de



muur, maar daarnaast voelden wij ons uiteraard ook verantwoordelijk voor onze leden en wilden we geen enkele risico lopen.

Het bestuur was van mening dat het leuk zou zijn om alle leden met Kerst te verrassen met een kerst attentie, om hen hiermee een "hart onder de riem te steken" in deze moeilijke coronatijd.

Het was even een hele organisatie, maar met hulp van alle bestuursleden en diverse partners en de medewerking van de familie Langen (we konden gebruik maken van de grote loods) lukte het ons om de ca. 180 pakketten samen te stellen en daarna bij de leden te bezorgen. (Foto).

We waren bijzonder getroffen door de leuke reacties, en we zagen vele blijde en verraste gezichten

daar deden we het voor Inmiddels zitten we volop in de 2^e coronagolf. De besmettingen lopen weer fors op. Het kabinet heeft dinsdag 15 december weer een "lock-

down" afgekondigd met strenge maatregelen. Het zal zeker nog een tijd duren voordat we als Senioren Vereniging iets kunnen organiseren.

Hopelijk zal het vaccin hier spoedig verandering in aanbrengen. We zijn er allemaal aan toe !!!!

Hoe toch genieten van Kerstmis en Nieuwjaar

De eindejaarsfeesten staan voor de deur, en normaal is dit een periode van heerlijk samen te zijn en uit de bol de gaan. Dit jaar zal het helaas allemaal wat anders dan gebruikelijk verlopen. Dat hoeft geen beletsel zijn om toch te genieten van het samenzijn.

Eén gouden raad: doe het veilig, houd het aantal contacten beperkt en zo kunnen we toch genieten van de overgang naar 2021.



Wellicht zullen maar zeer weinigen 2020 missen als het voorbij is - en hopelijk brengt het nieuwe jaar mooiere dagen in het verschiet. Dat wil niet zeggen dat we de eindejaarsdagen toch niet op een fijne manier kunnen doorbrengen.

Hét devies blijft: doe het goed, maar vooral veilig.

Experts raden aan de feestdagen zoveel mogelijk in eigen beperkte kring door te brengen, of virtuele of buitenvieringen te houden als je toch familie en vrienden wilt zien. Feest dus alsjeblieft veilig om het nieuwe jaar gezond te beginnen - en dat liefst niet door het coronavirus verder te verspreiden want dat kunnen we missen als kiespijn. (Redactie)

VOOR IEDEREEN GEZELLIGE FEESTDAGEN EN EEN VREDIG EN GEZOND 2021!!

De eerstvolgende ,ONS' en ,Even Bijpraten' verschijnen in de week van 25 januari 2021.

Redactie: Jan Derikx, tel. 573033; e-mail: jderikx@hetnet.nl

ACTUEEL NIEUWS LEEST U OP DE WEBSITE: www.sv-sambeek.nl

