

KBO-Son & KBO-Breugel

Nieuwsbrief september 2023

Redactie:

Gerard Versantvoort, 0499-475350, kbo.son@kpnmail.nl

Hans Daans, 0499-841182, redactie@kbo-breugel.nl



Voorwoord van de redactie

Hier is ie dan!

De eerste gezamenlijke nieuwsbrief van onze afdelingen KBO-Son en KBO-Breugel. Het is toch min of meer een heugelijk en memorabel feit, althans zo vinden wij dat.

Dit jaar hebben beide KBO's nog enkele geplande activiteiten staan, toch hebben we als redactie geprobeerd er een overzichtelijk geheel van te maken.

Volgend jaar proberen de besturen te komen tot een gezamenlijk jaarprogramma dat op elkaar afgestemd is.

Natuurlijk willen we graag van jullie weten wat je van deze nieuwe opzet vindt. M.a.w. we horen graag van je of je nog dingen mist in deze nieuwe opzet.

Voor het eerst, zowel in Son als in Breugel, presenteren wij een woordzoeker. Een eenvoudige om mee te beginnen. Onder de inzenders van de juiste oplossing verloten wij een waardebon van € 7,50. Inzendingen per telefoon of e-mail vóór 10 september 2023 naar één van de redactieleden.

Veel leesplezier en laat ons nog wat weten! Onze gegevens staan bovenaan deze brief.

Met vriendelijke groeten,

Gerard en Hans

Eerstkomende evenementen

5-9-2023

Kienen in De Zwaan 14:00 uur

13-9-2023

Halve-dag-reis De Keverberg Kessel

20-9-2023

Lunch 80- en 90-jarigen KBO-Breugel in De Landing

Contact-personen

Regien van Beekveld

0499-476465

kbo.afd.son@gmail.com

Hans Daans

0499-841182

secretaris@kbo-breugel.nl

Uitspraak van de maand:

Samewerke? Lámmedàmmardoen!

Activiteiten komende periode:

Fietsen vanuit Breugel 06/09/2023 vanaf het Pieter Bruegelplein 09:30 uur. Graag met hesje en eventueel helm voor de veiligheid!

Fietsen vanuit Son 12/09/2023 en 26/09/2023 vanaf het 17 septemberplein (bij de Benu-apotheek) 09:30 uur (opgeven bij Ciel Saris 0499-476635).

Kienen 05/09/2023 in De Zwaan 14:00 uur.

Eten bij De Smickel 17:30 uur 13/09/2023 (opgeven bij Ties Smetsers 0499-476334) en 27/09/2023 (opgeven bij Hanny Vervoort 0499-461126).

Jeu de boules iedere maandag en vrijdag om 13:15 uur bij De Boerderij.

Biljarten iedere dinsdag en donderdag vanaf 13:00 uur in De Landing.

Kaarten iedere dinsdag in Den Bauw. Kaarten (rikken en jokeren) van 13:30 uur tot 16:30 uur. Deur open om 13:00 uur. Voor de liefhebbers is ook een Kezen-spel aanwezig.

Kegelen in het komende winterseizoen is er weer kegelen in de Vresselse Hut. En wel op de volgende data: 26/10/2023, 30/11/2023, 28/12/2023, 25/01/2024, 29/02/2024, 28/03/2024 en 25/04/2024. Opgeven bij Ine van Riel 0499-476430.

Dansmiddag 31/10/2023 organiseert KBO-Son een dansmiddag ter gelegenheid van het 65-jarig bestaan in De Zwaan. Toegang gratis voor alle 55+-ers, met een kop koffie bij binnenkomst. Voor KBO-Son-leden is er daarna een buffet tegen gereduceerde prijs.

Dagtocht Nationale Taptoe Rotterdam 30/09/2023 organiseert de Werkgroep Best deze tocht. Inlichtingen en/of aanmeldingen vóór 08/09/2023 bij Ties Smetsers (0499-476334).

Wij nodigen jullie van harte uit om deel te nemen aan bovenstaande activiteiten!

Informatie en/of opgave, voor zover niet vermeld, bij de contactpersonen (zie pagina 1).

Als leden ziek zijn of om wat voor reden dan ook aan huis gebonden zijn of in het ziekenhuis of verpleeghuis verblijven willen jullie dit dan melden? KBO-Son-leden bij Matty van Wijk (0499-471245), KBO-Breugel-leden bij Hanny Vervoort (0499-461126). Wij kunnen hier dan de nodige aandacht aan besteden. Bij voorbaat dank!

Uitspraak van de maand:
Samewerke? Lámmedàmmardoen!

Pagina 2 van 10

Terugblik op de lezing "Een gezonde leefstijl"



Op 1 augustus 2023 was er in het Dommelhuis een lezing over gezonde leefstijl in het kader van de Senioren Zomer Activiteiten (SZA), aangeboden door KBO-Son.

Ria van Dijk, diëtiste uit Veghel, was door KBO-Brabant gevraagd om de lezing te verzorgen.

Zij heeft veel aandacht besteed aan gezonde voeding en benadrukte dat groente een essentieel onderdeel van de dagelijkse voeding is. Tijdens de pauze werd een kopje koffie aangeboden. Niet alleen voeding kwam aan bod: na de pauze werd ook aandacht besteed aan het algemeen welzijn van de mens zoals: sociale contacten – ontspanning (ga elke dag naar buiten in de natuur) – bewegen – zingeving (wat maakt je b.v. blij?) – slaap (slapen kun je leren).

Verder wees Ria de aanwezigen op enkele cursussen die vaak vergoed worden door zorgverzekeraars.

Tot slot werd aan alle aanwezigen "Het Leefstijlroer" uitgereikt, dat is uitgebracht door Arts en Leefstijl, een handig naslagwerk met handvatten om de juiste koers te bepalen voor een gezonde leefstijl.

Het was een zeer interessante lezing waar alle aanwezigen het nodige van hebben opgestoken.



Vooraankondiging:

15 november 2023 in de Landing van 13:30 uur tot 16:00 uur (inloop vanaf 13:00 uur).

Hans Daans heeft voor jullie een speciale quiz samengesteld met de volgende rondes:

1. Algemeen
2. Grappig/flauw
3. Brabant
4. Logo's
5. Heiligen
6. Personen
7. Droedels

De rondes 4 t/m 6 hebben een groot Son en Breugel en omgeving gehalte!

Vooraf gaan we husselen om teams samen te stellen.

Voor het winnende team een bon van De Smickel en eeuwige roem!

Voor bijzonderheden zie de volgende nieuwsbrief.

Uitspraak van de maand:
Samewerke? Lammedàmmardoen!

Rijbewijskeuringen CBR in Son en Breugel

Een medische keuring voor het verlengen van het rijbewijs is nodig wanneer u 75 jaar of ouder bent!

Automobilisten kunnen zich via Regelzorg in buurtcentrum Braecklant op maandag medisch laten keuren voor de rijbewijsverlenging.

Voor het rijbewijs A/B/BE is het tarief € 55,00 en voor het (groot) rijbewijs C/D/E € 60,00.

Een afspraak voor de keuring kunt u uitsluitend maken via Regelzorg. Gemakkelijk en snel via de website www.regelzorg.nl of telefonisch tijdens kantooruren via de afsprakenlijn onder nummer 088-2323300.

Houd zelf de einddatum van jouw rijbewijs in de gaten en begin **VIER** maanden voor deze datum met verlengen van het rijbewijs!

De eerste stap is het kopen en invullen van een gezondheidsverklaring. Dat kan online op www.mijn-cbr.nl (met DigiD met sms- of appverificatie). Een papieren gezondheidsverklaring kunt u kopen bij de meeste gemeenten of via Regelzorg.

Deze vragenlijst over uw gezondheid moet u zelf invullen en opsturen naar het CBR. Daarop stuurt het CBR u één of meerdere verslag(en) die de keuringsarts moet invullen. [Pas daarna kunt u een keuringsafspraak maken!](#)

De keuringsartsen waar Regelzorg mee samenwerkt zijn aangesloten bij ZorgDomein. Zij vullen de formulieren digitaal voor u in en versturen deze direct naar het CBR. Meer informatie leest u op www.regelzorg.nl.

Dans en muziek dragen bij aan het welzijn en de kwaliteit van leven

Op vrijdagmiddag **15 september 2023** organiseert de werkgroep Dementie Vriendelijk Son en Breugel (DVSB) in het **Dommelhuis** een themamiddag over hoe dans en muziek kan bijdragen aan het welzijn en de kwaliteit van leven.

Andrew Greenwood, oprichter van Switch2Move, zal vertellen over hoe hij deze wetenschappelijk onderbouwde methode in een beweegprogramma heeft ontwikkeld, in samenwerking met gerenommeerde partners als het Catharina Ziekenhuis, Fontys Paramedische Hogeschool, Be Bright Accelerating Innovation, TU/e, Alzheimer Nederland en de Nationale Opera & Ballet.

Aanvang van de bijeenkomst is 14:00 uur (inloop vanaf 13:30 uur). Toegang gratis!

Terugblik op de reis naar de Posbank op de Veluwe



Op 12/07/2023 vertrokken we om 12:30 uur, met prachtig weer, naar de Veluwe.

Onze eerste stop was in Hoenderloo, waar we in restaurant De Ruggestee werden verwend met koffie/thee met appelgebak. Nadat de gids gearriveerd was vertrokken we richting Posbank.

De gids vertelde honderduit over bomen, boerderijen, enz. Even later stopten we en konden genieten van een prachtig uitzicht. Ik wist niet dat Nederland zo mooi was!

Na een volgende stop, die voor velen te kort was, vertrokken we weer naar restaurant De Ruggestee voor een heerlijk diner.

We keken allemaal terug op een geweldige dag!

Ine van Riel



Halve-dag-reis naar kasteel De Keverberg in Kessel op 13/09/2023

12:15 u vertrek Breugel

12:20 u vertrek Son

13:30 u aankomst Kessel

13:30 u koffie/thee/vlaai

14:30 u rondleiding

16:45 u vertrek Kessel

17:30 u diner Liessel

20:30 u weer thuis

Vanaf 30/08/2023
telefonisch aanmelden bij
Jan van Maasakkers 0499-
473298. Wees er snel bij,
want op = op!

Betaling € 45,00 p.p. op
NL088 RABO 0148 2373
63 o.v.v. dagtocht Kessel.

Betaling geldt als
definitieve aanmelding!

Mottekasteel De Keverberg
was de voormalige
residentie van de graven
van Kessel en is gelegen
op een heuvel met uitzicht
op de Maas.

Uitspraak van de maand:
Samewerke? Lámmedàmmardoen!

Pagina 5 van 10

Zorg- en huurtoeslag

Alle toeslagen zijn per 1 januari 2023 extra verhoogd. Daarom komen in 2023 meer mensen in aanmerking voor een toeslag. Over 2022 kunt u de toeslagen nog aanvragen tot 1 september 2023!

Zorgtoeslag

De inkomensgrenzen zijn fors verhoogd.

Heb je geen toeslagpartner?

In 2022 had je recht op toeslag als jouw inkomen niet hoger was dan € 31.998,00.

In 2023 heb je recht op toeslag als jouw inkomen niet hoger is dan € 38.250,00.

Heb je wel een toeslagpartner?

In 2022 hadden jullie recht op toeslag als jullie inkomen niet hoger was dan € 40.994,00.

In 2023 hebben jullie recht op toeslag als jullie inkomen niet hoger is dan € 48.224,00.

Krijg je nog geen zorgtoeslag? Voldoe je aan bovenvermelde voorwaarden? Vraag dan de toeslag aan op "Mijn toeslagen".

Huurtoeslag

In 2022 had je recht op toeslag als de huur niet hoger was dan € 763,47.

In 2023 heb je recht op toeslag als de huur niet hoger is dan € 808,06.

Verder hangt de toeslag af van het inkomen en het vermogen. Vraag de toeslag aan op "Mijn toeslagen".

Heb je vragen over beide toeslagen? Bel Gerard Versantvoort 0499-475350.

Samen Beslis Hulp

Door samen de "Samen Beslis Hulp" thuis in te vullen, ben je beter voorbereid op een eventueel gesprek met jouw hulpverlener, bijvoorbeeld de huisarts.

Thuis kun je al bespreken wat je wel en wat je zeker niet wil. Dus samen kijken wat het beste bij jullie past. Samen met de hulpverlener kun je dan gemakkelijker bespreken welke behandeling je kiest. De beslishulp kun je uiteraard ook invullen als je alleenstaand bent.

Voor elk adres hebben wij nu één boekje samen met de nieuwsbrief bezorgd. Wil je nog een extra boekje? Laat het Gerard Versantvoort weten via telefoon 0499-475350 of via mail kbo.son@kpnmail.nl. Hij zorgt dan voor een extra exemplaar.

Uitspraak van de maand:

Samewerke? Làmmedàmmardoen!

Pagina 6 van 10



Klusteam (Theo v.d. Berg, Jan Swinkels en Jan v. Deursen)

Het klusteam is sinds een paar maanden actief en heeft al verschillende mensen geholpen en helpt bij kleine incidentele klusjes thuis. Zoals een lamp ophangen, een schilderij ophangen, een klein klusje in de tuin, enz.. Hulp die regelmatig gevraagd wordt (om de twee weken of zo) wordt niet geboden.

Om hulp te krijgen kun je contact opnemen met Regien van Beekveld 0499-476465 of kbo.afd.son@gmail.com of Gerard Versantvoort 0499-475350 of kbo.son@kpnmail.nl.

Bij de aanvraag gelieve aan te geven om wat voor klusje het gaat. De klusser neemt daarna contact met je op om een afspraak te maken. Het eerste halfuur is € 5,00. De verdere kosten spreek je met hem af.

Verder zijn wij nog op zoek naar meer mensen die kunnen en willen helpen om zodoende de service uit te kunnen breiden naar meer ouderen in ons dorp, die hulp nodig hebben, ook al zijn ze geen KBO-lid. Neem contact met ons op als je interesse hebt om hulp te bieden!



Tuin-hulp gevraagd tegen kleine vergoeding

Een mevrouw in een rolstoel uit Breugel heeft hulp gevraagd om haar tuin enigszins toonbaar te houden

Het grootste deel van de tuin bestaat uit gras, dat al jaren niet meer bemest is. Er moet hoogstens om de twee weken gemaaid worden. Ook de grasranden vragen een beetje onderhoud. Wie met groene vingers wil mevrouw regelmatig helpen? Wie zin heeft kan zich melden bij Gerard Versantvoort 0499-475350.

Uitspraak van de maand:
Samewerke? Làmmèdàmmardoen!

Pagina 7 van 10



Het Repaircafé Son en Breugel is als zelfstandige organisatie gehuisvest in het Hoi-huis. Iedere laatste vrijdag van de maand is het repaircafé van 13:00 uur tot 17:00 uur geopend. Aanbieden van reparaties is tot uiterlijk 16:00 uur mogelijk.

Je kunt vooraf intekenen op een reparatielijst via de beheerder (0499-465555). Je hebt dan altijd voorrang op aanbieders die zich niet vooraf hebben aangemeld.

De vrijwilligers hebben diverse specialisaties, waaronder hout- en metaalbewerking, electra en electronica en boekbinden.

De reparateurs houden zich het recht voor spullen niet ter reparatie aan te nemen.

De redenen kunnen zijn:

- De kennis is niet of onvoldoende aanwezig
- De reparatie kan ook door normale bedrijven worden uitgevoerd
- De reparatie kent te grote risico's, b.v. hoge elektrische spanning

Na een bezoek moeten de (te repareren) spullen weer worden meegenomen, ofwel omdat de reparatie is uitgevoerd ofwel omdat de eigenaar zelf reserveonderdelen moet bestellen. Het repaircafé plaatst zelf geen bestellingen!

De reparaties zijn gratis en reserveonderdelen worden door de eigenaren zelf aangedragen.

In het repaircafé is echter wel een foienpot aanwezig waarin donaties kunnen worden gedaan!



Uitspraak van de maand:

Samewerke? Làmmedàmmardoen!

Pagina 8 van 10

Wist je dat?

- De KBO je altijd met raad en daad wil bijstaan?
- De KBO kan aanschuiven bij keukentafelgesprekken met de gemeente?
- Je korting kunt krijgen bij verschillende ziektekostenverzekeraars?
- Je altijd hulp kunt krijgen bij het invullen van formulieren?
- We een protocol "ongewenste omgangsvormen" hebben?
- Die te vinden is op de website www.kbo-son.nl?
- Iedereen, die er even een nodig heeft, een rolstoel of scootmobiel kan lenen?
- Je administratieve ondersteuning kunt aanvragen?



Administratieve ondersteuning

Heb je moeite met het bijhouden van jouw administratie? Wilt je hulp bij het ordenen van jouw post of met het maken van een begroting?

Je kunt dan een vrijwillige thuisadministrateur inschakelen. Bij onze KBO's zijn er drie beschikbaar. Zij zijn door KBO-Brabant opgeleid en je wordt door hen zorgvuldig en discreet geholpen met het op orde brengen en houden van jouw administratie.

Met de nodige ondersteuning kun je leren hoe je het beste de administratie kunt aanpakken, waardoor je de regie over jouw administratie terugkrijgt.

Je krijgt ondersteuning voor een bepaalde periode om jouw administratie weer op orde te krijgen en te houden. Zo voorkom je dat je in problemen raakt.

Voor informatie/afpraak benader je Hans Daans (0499-841182) of Gerard Versantvoort (0499-475350).

Uitspraak van de maand:
Samewerke? Lámmedàmmardoen!

Pagina 9 van 10



Eenvoudige woordzoeker bevrijdingsdag 17 september 2023

Voor inzendingmogelijkheden van de oplossing zie pagina 1!

I	G	E	G	N	I	D	IJ	R	V	E	B	E	F
E	V	R	IJ	H	E	I	D	U	V	R	IJ	N	N
M	N	E	G	G	A	L	V	U	H	A	A	E	E
F	E	E	S	T	D	A	G	V	E	M	C	T	T
IJ	I	D	D	O	T	H	H	S	D	B	T	H	I
V	D	L	S	A	S	E	E	G	E	A	I	C	E
O	N	A	L	R	E	R	L	N	M	S	V	E	T
R	A	A	A	T	E	D	I	I	O	S	I	R	I
E	L	N	V	I	F	E	K	D	C	A	T	N	V
T	R	O	I	E	S	N	O	IJ	R	D	E	E	I
I	E	I	T	S	K	K	P	R	A	E	I	S	T
M	D	T	S	T	L	I	T	V	T	U	T	N	S
O	E	A	E	E	O	N	E	E	I	R	E	E	E
C	N	N	F	N	V	G	R	B	E	S	N	M	F

ACTIVITEITEN
AMBASSADEURS
ARTIESTEN
BEVRIJDING
BEVRIJDINGSVUUR
COMITE
DEMOCRATIE
FEESTDAG
FESTIVALS
FESTIVITEITEN
HELIKOPTER
HERDENKING
MENSENRECHTEN
NATIONAAL
NEDERLAND
VLAGGEN
VOLKSFEEST
VRIJHEID
VIJFMEI

OPLOSSING: _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _

Uitspraak van de maand:
Samewerke? Lammedàmmardoen!

Pagina 10 van 10