

Secretariaat: Ganzestraat 30, 5527 CB Hapert
E-mailadres: info@kbohapert.nl
Rabobank: NL68RABO0119004542
Website: www.kbohapert.nl
KvK: 7124270

Seniorenvereniging
KBO Hapert
Belangenorganisatie voor senioren



NIEUWSBRIEF

JANUARI 2022



Onderwerpen in de nieuwsbrief van januari 2022:

- Blz. 2: Kerstgroet van de voorzitter
- Blz. 3: Franse les
- Blz. 4: Wist u dat
- Resultaat Rabo Clubsupport
- Overleden leden
- Gedachten
- Tips bij gladheid
- Blz. 5: DigiHulp van de bibliotheek
- Blz. 6: KVC zoekt trainer
- Phishing mail/nepmail
- Blz. 7: Belastingaangifte 2021
- Oplossing kruiswoordpuzzel december 2021
- Blz. 8: Kruiswoordpuzzel januari 2022

Kerstgroet van de voorzitter

Beste leden van onze seniorenvereniging KBO Hapert,

Over enkele dagen sluiten wij 2021 af.

Een jaar met ingrijpende en wisselende ervaringen, die dit corona-jaar met zich meebracht en nog zal brengen.

Positief hebben wij de vaccinaties ervaren, de verruiming van mogelijkheden om elkaar lieflijk te ontmoeten, zij het met een aantal beperkingen, zoals de anderhalve meter afstand en de QR code.

Wat ons nog te wachten staat is verre van duidelijk.

Echt optimistisch denken de deskundigen niet over de komende tijd.

Onrust en onzekerheid kenmerken de huidige situatie.

Tweespalt is groeiende in onze samenleving.

“Vrijheid” is een veel gehoorde roep. Maar is **mijn** vrijheid niet beperkt door het beroep van mijn medemens op **zijn** vrijheid? Wat zijn prioriteiten?

“Gaan we een tijd tegemoet, waarin veel anders zal zijn dan wat ons vertrouwd is?

Loslaten wat vertrouwd was, omarmen wat onbekend is?”

Wat me dit jaar is opgevallen -meer nog dan in andere jaren- was de roep van mensen alom om gehoord te worden door overheden, ervaringen serieus te nemen en daar iets mee te doen. Dat is een roep om transparantie en brede communicatie, die gehoor moet krijgen in alle geledingen van onze samenleving. Een geweldige uitdaging, maar mijns inziens noodzakelijk. Gaan wij daar werk van maken, als mensen samen onderweg?

Leven in onze hectische samenleving vraagt veel, vooral van de oudsten onder ons.

Alles lijkt te draaien om status, geld en materieel bezit. Het leven moet perfect zijn en we willen alles zo snel mogelijk. Daardoor is de dag te kort voor alles wat we willen doen.

Kunnen we nog tijd vrijmaken voor dingen die er echt toe doen?

In de bijna twee jaren van corona hebben wij te maken gekregen met onmenselijke en ontluisterende situaties die spontaan bij ons allemaal opriepen: **‘dat nooit meer’**.

Wij vragen naar de zin en betekenis van menselijk welzijn.

Waardevol menselijk leven en samenleven kunnen door deze negatieve ervaringen nooit meer op de tweede plaats komen.

Willen we serieus tijd en inspiratie vrijmaken voor stappen die er echt toe doen?

Door alles wat er op ons afkomt, dreigen wij onszelf voorbij te lopen en de stilte te ontlopen, die we nodig hebben om bij ons diepste innerlijk te komen.

Want “hoe stiller je bent, hoe meer je hoort” zegt een oude spreuk.

We herkennen in ons leven hoe bepaalde mensen en bewegingen ons op weg hebben gezet om idealen vorm en inhoud te geven. Dat kon en kan niet zonder ups en downs want die zijn onlosmakelijk met ons menselijk bestaan verbonden.

Soms zijn het crisissituaties: relatieproblemen, baanverlies, ziek worden, vereenzamen of definitief afscheid moeten nemen van mensen die ons nabij en dierbaar zijn.

Dat zijn diep ingrijpende ervaringen die vragen om oprechte nabijheid, begrip, solidariteit en medeleven.

Deze waarden hebben altijd centraal gestaan in onze meer dan zestig jaar oude KBO.

Het zou mooi en wenselijk zijn als deze waarden ook in een volgende regeringsperiode meer vorm zouden kunnen krijgen, de samenleving schreeuwt er om.

Het zou ook mooi zijn als we in het volgende jaar zodanig met corona om kunnen gaan dat er mee te leven valt, dat we toch een groot stuk van ons leven zoals we dat gewend waren, weer terug zouden krijgen.

Gelukkig mogen we altijd hoop houden, hoop op meer warmte in onze samenleving, vertrouwen in een betere toekomst waarin mensen vooral liefdevol en empatisch met elkaar omgaan.

Dat is toch ook wat de kersttijd in ons oproept elke keer weer.

De natuur helpt ons ook daarbij, we weten dat rond kerstmis de dagen weer langer gaan worden, het licht de duisternis weer overwint.

Ik wens ons allen gezellige kerstdagen toe met veel warmte en liefde van iedereen waarvan we houden, daarna ook een gezellige jaarwisseling en de beste wensen voor een gelukkig en gezond 2022.

Ik hoop uit de grond van mijn hart dat het nieuwe jaar weer een echt verenigingsjaar mag zijn waarin we elkaar vaak en zonder beperkingen mogen ontmoeten.

Met vriendelijke groet,
Simon Lamers

Franse les?

Bonjour,

Uw bestuur van KBO Hapert probeert steeds om voor haar leden nieuwe activiteiten te ontwikkelen. Ze willen er daarom nog iets leuks en leerzaams bij doen.

Vanmorgen hebben we samen met het dagelijks bestuur een lijn uitgezet voor de volgende activiteit. Nieuwsgierig?? Lees dan verder!!

Ik ben Piet van den Dungen en al best wat jaren met pensioen. Daarvoor ben ik leraar Frans geweest aan het Huygens College in Eindhoven en daarna tot aan mijn pensionering aan het Strabrecht College in Geldrop.

In de cursus die we op willen gaan starten zullen we vooral gaan proberen de spreekvaardigheid te verbeteren. Natuurlijk zal er ook af en toe een stukje grammatica ofwel kennis van de Franse en de Nederlandse taal en wat daarbij behorende termen aan bod komen. Maar het belangrijkste is natuurlijk dat alles gebeurt in een ontspannen sfeer. We gaan werken met een leerboek Frans en een daarbij behorend werkboek.

We plannen de lessen in op een maandagmorgen, mogelijk van 9.30 uur tot 11.00 uur.

Misschien is uw interesse gewekt en hebt u zin om samen met ons en andere belangstellenden de cursus te starten. Ik zou dan willen zeggen:

A bientôt peut-être (tot gauw misschien)!

U kunt zich tot uiterlijk **3 januari** aanmelden via de mail: info@kbohapert.nl of via onderstaand strookje (inleveren bij de Kloostertuin t.n.v. Leo Laus).

Naam:

wil graag deelnemen aan de cursus Frans, die bij voldoende deelname medio januari 2022 zal starten in Den Tref.

Wist u dat

- de seniorenexpo in Veldhoven in januari niet doorgaat?
- De reguliere activiteiten in Den Tref wel gewoon doorgaan?
- het rikken in de Kloostertuin op dinsdagavond is gestopt tot na de opening van de MFA?

Resultaat Rabo Clubsupport

Op 23 november jl. hebben wij vanwege de ClubSupport actie van de RABOBANK een bijdrage ontvangen van € 850,62. Van harte bedanken we alle leden die hun stem hebben uitgebracht op onze Seniorenvereniging. Graag rekenen we ook het komende jaar weer op uw stem.

Overleden leden:

- De heer J. Bergmans, 92 jaar
- Mevrouw N. van de Ven-Coppens, 90 jaar
- De heer K. Wouters, 94 jaar

Gedachten

*Je kunt geen dagen aan het leven toevoegen
maar wel leven aan de dagen die je gegeven zijn*

*Je bent verstandig genoeg om te kunnen onthouden
maar ben je ook wijs genoeg om te kunnen vergeten*

Tips voor senioren tegen uitglijden bij gladheid

Als de dagen korter worden, de herfststormen woeden of sneeuw en ijzel de straten en stoepen onveilig maken, lezen en horen we het in het nieuws: er zijn weer honderden mensen bij de eerste hulp terecht gekomen met botbreuken, kneuzingen en heupfracturen. Met name ouderen zijn daardoor vaak langdurig gehandicapt met alle gevolgen van dien. Veel van deze ellende kan voorkomen worden door goed voorbereid de deur uit te gaan.

Wandelen of fietsen bij nat weer

Bij nat weer en zeker als de bladeren nog niet zijn opgeruimd, is een slippertje gauw gemaakt. Bent u niet zeker van uzelf op de fiets, ga dan te voet of met het openbaar vervoer. Kiest u toch voor de fiets let u dan op het volgende:

- Zorg ervoor dat de banden een **goed profiel** hebben en goed zijn opgepompt.
- Indien mogelijk **zet uw zadel lager**, zodat u goed met uw voeten bij de grond komt.
- Hang beslist **geen tassen aan het stuur** en pak uw fietstassen niet overvol.
- Let op plekken, vooral in bochten, waar **bladeren** liggen en stap af als u zich niet zeker voelt.

Houdt er rekening mee dat ook **uw medeweggebruikers** met deze omstandigheden te maken hebben en dus onverwachte dingen kunnen doen. Gaat u te voet zorg dan voor schoeisel dat is aangepast aan de natte omstandigheden. Draag bij voorkeur geen **suède** of **nubuck** schoenen of laarzen, aangezien deze het vocht gemakkelijker absorberen waardoor u sneller natte of koude voeten krijgt. Dat veroorzaakt grotere **instabiliteit** waardoor u sneller kunt vallen. Zorg er ook voor dat uw schoenen goed passen, dat u er niet uit slipt en dat u de veters, gespen of bandjes goed vastmaakt.

Wandelen in evenwicht

Als u ouder wordt, neemt uw stabiliteit af en uw kwetsbaarheid juist toe. Een kleine misstap of onverwachtse beweging veroorzaakt al snel een val, met alle mogelijke gevolgen van dien. Bij **gladheid** door regen of sneeuw is het van nog groter belang om uzelf goed te ondersteunen. Daarvoor zijn er allerlei **hulpmiddelen** op de markt, waarvan de rollator natuurlijk de bekendste is.

Tip: *Let ook bij de rollator op een goed profiel van de banden en zorg dat de remmen goed werken.*

Behoort u echter nog tot de groep "**actieve senioren**" dan kunt u zich geheel volgens de laatste trends ondersteunen door gebruik van "**nordic walking**" **stokken**. Deze telescopische stokken geven u een betere balans en u kunt ze als u bij uw bestemming bent aangekomen, weer in elkaar schuiven.

Wat kunt u zelf doen?

U doet uw buren, voorbijgangers én uzelf er een groot plezier mee als u de stoep rondom uw huis sneeuwvrij maakt/houdt. Het werkt het beste om vers gevallen sneeuw meteen weg te schuiven. Als er dan nog een gladde laag achterblijft, kunt u die met zout nastrooien. Op een diepbevoren laag sneeuw of ijs werkt zout strooien minder goed, omdat dat niet in één keer al het ijs verwijdert en de bovenste dooilaag vaak weer opvriest.

- Eerst de meeste sneeuw naar een plek te vegen waar er niemand last van heeft, liefst niet in goten of voor rioolputten.
- Denk aan het milieu en strooi niet meer dan nodig is, een handje zout per m² is voldoende.
- Het zout gaat na ongeveer 10 minuten werken.
- Veeg de natte drab richting trottoirband. Dan kan het niet opnieuw bevriezen.
- Strooi niet te veel onder bomen en struiken. Dat is slecht voor de wortels.

Strooizoutcontainers

In de buurtpreventiewijken staan strooizoutcontainers verspreid bij mensen die zich hiervoor hebben aangemeld. Je kan hier gratis strooizout ophalen. Wil je weten waar deze strooicontainers zich bevinden? Neem dan contact op met de buurtpreventiecoördinator.

DIGIHulp van de bibliotheek

Helaas neemt het aantal besmettingen weer toe. Dit betekent dat we weer meer thuis blijven en veel dingen online moeten regelen. Voor veel mensen is dit laatste lastig. Daarom biedt de bibliotheek hier gratis hulp bij.

Dus wil je meer online leren doen? Zoals beeldbellen of online lezen? Of wil je weten hoe je online een coronatest kan aanvragen, de CoronaCheck app gebruikt of andere dingen online regelt? Sluit dan aan bij DigiHulp. Elke werkdag van 11.30 – 12.00 uur. Gratis. Online. Meld je aan via de agenda van de website: www.bibliotheekdekempen.nl.

Uitleg online afspraak boosterprik

Binnenkort krijgen 3 miljoen Nederlanders vanaf 60 jaar en ouder een uitnodiging om een afspraak te maken voor een extra coronavaccinatie, de boosterprik.

Vanaf het moment dat een geboortjaar aan de beurt is kan men een afspraak maken. Dit kan telefonisch na ontvangst van de brief, maar gaat sneller online met DigiD.

Om mensen te informeren hoe online een prikafspraak maken werkt, is er een demo ontwikkeld met uitleg. De demo is bedoeld voor burgers en wordt onder andere verspreid via de bibliotheek. De demo is vrij toegankelijk voor iedereen.

Ga je ondersteuning bieden aan mensen die hulp nodig hebben? Gebruik dan de demo om mensen voor te bereiden of verder te helpen.

De online uitleg is te vinden op uitlegprikafspraak.nl

Voor persoonlijke hulp kunnen mensen ook terecht bij het Informatiepunt Digitale Overheid in de Bibliotheek.

KVC zoekt trainer voor oldstar walking korfbal

Ben je enthousiast en heb je affiniteit met ouderen?

Ben je één keer in de week beschikbaar om training te geven?

Ben of ken je iemand?

Laat het weten!

Voor informatie:

c.kieneker@kvckorfbal.nl

www.kvckorfbal.nl

Phishing mail/nepmail

Van KBO-Brabant kregen wij melding van een Phishing mail, een nep-mail, die deze dagen is verzonden, met het bericht dat u zogenaamd van de Belastingdienst geld terugkrijgt. Pas op!

Wat te doen?

Nergens op klikken, meteen weggooien en de verzender als ongewenst aanmerken!! Dat kan door met de rechtermuisknop op het bericht in uw mailbox te gaan staan en dan te kiezen voor 'Beveiligingsopties' en daarin voor 'Phishing'.

U kunt zelf ook checken en anderen waarschuwen

Overigens, als u zelf zoiets krijgt, dan kunt u op de website van de fraudehelpdesk een check doen of er al meldingen zijn van mensen die hetzelfde overkwam. U kunt daar ook aangifte doen met uw mail, om anderen te waarschuwen.

Link: <https://www.fraudehelpdesk.nl/actueel/valse-emails/>

De nep-mail-tekst luidt als volgt:

Geachte relatie,

Dit bericht bevat essentiële informatie die uitsluitend bestemd is voor [hier staat dan het e-mailadres van de Afdeling]. Op basis van de financiële effecten door de COVID-19 pandemie is er door de Overheid besloten u een extra toezegging te geven voor een bedrag van € 279,99 op uw belastingaangifte.

Ga naar: <https://mijnoverheid.nl/teruggave-2021> voor meer informatie over het aanvragen van de teruggave. Wij hopen u voldoende geïnformeerd te hebben en wensen u nog een prettige dag verder.

Met vriendelijke groet,

Kees van Feringa

MijnOverheid

Belastingaangifte 2021

Iedereen die de afgelopen jaren geholpen is bij het invullen van de belastingaangifte wordt ook in 2022 geholpen. Ook degenen die voorgaande jaren ondersteund werden door Jeroen Steger. Laatstgenoemden krijgen, voor zover nog niet gebeurd, vóór februari te horen wie hen nu gaat helpen.

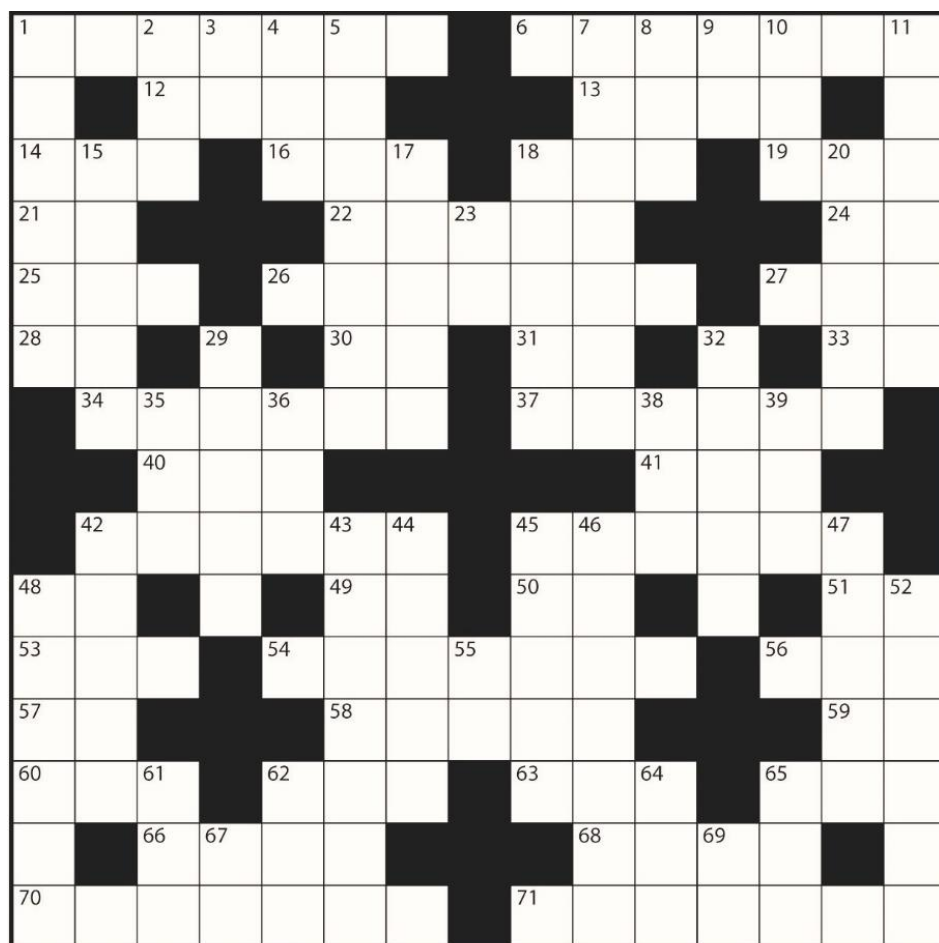
Zijn er nieuwe leden of mensen die ook graag geholpen willen worden, bel Harrie Snoeren, tel.nr.: 06 - 37477930 of mail hem: Kboharrie@gmail.com.

Oplossing kruiswoordpuzzel december 2021: VOGELTREK

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



Kruiswoordpuzzel januari 2022



©www.puzzelpro.nl

26	70	7	45	34	54	65	29	1	18
----	----	---	----	----	----	----	----	---	----

Breng letters uit de puzzel over naar de hokjes met het corresponderende nummer.

Horizontaal: 1 verdoving 6 keezang 12 eens 13 dienstbode 14 borstbeen 16 knaagdier 18 aanwijzend vnw. 19 bouwland 21 plus 22 vorstenzetel 24 Europees Kampioenschap 25 duinpan 26 weggebruiker 27 lof 28 daar 30 voorbij 31 populair 33 buislamp 34 hoofdstad van Albanië 37 stiekem 40 etcetera 41 een zeker iemand 42 tuinhuis 45 treiteren 48 Japans bordspel 49 overdreven 50 tot en met 51 reeds 53 grote bijl 54 deel v.e. dynamo 56 Turks bevelhebber 57 muzieknoot 58 deel v.h. bestek 59 loofboom 60 100 vierkante meter 62 hevig 63 vochtig 65 knop op het toetsenbord 66 ongevuld 68 gevaar 70 smaldeel 71 roofvogel.

Verticaal: 1 epiloog 2 zeehond 3 compagnon 4 nageslacht 5 halteplaats 7 voortreffelijk 8 sprookjesfiguur 9 Romanum Imperium 10 pl. in Gelderland 11 metaal 15 traag 17 deeltken 18 afgemeten portie 20 bontsoort 23 Oude Testament 29 dierentuin in Amsterdam 32 stijl 35 Europeaan 36 tennisterm 38 roem 39 watering 42 kaartspel 43 uitstalruimte 44 strijdmacht 45 bouw materiaal 46 Waddeneiland 47 deel v.d. vinger 48 autowerkplaats 52 eerroof 55 niet parkeren 61 iedere persoon 62 ledikant 64 gesloten 65 gravin van Holland 67 en andere 69 oosterlengte.