

**INFORMATIEBULLETIN JULI 2022
SENIORERVERENIGING BRES**

**Kerkwijk 45 a, 5258 KA Berlicum,
www.seniorenvereniging Bres.nl**

**Telefonisch bereikbaar op 06-47268340
Liesbeth Steenbergen**



Beste leden,

Op 27 mei 2022 werden wij verrast met de informatie van KBO Brabant over de verschijningsdata van het blad ONS. "In de week van 27 juni wordt de ONS van juli-augustus uitgebracht en in de week van 22 augustus de ONS van september".

Door deze vrij late informatie en onze secretaris op een welverdiende vakantie konden wij geen complete nieuwsbrief voor juli-augustus meer uitbrengen. Omdat er ook in juli en augustus belangrijke bijeenkomsten en activiteiten door BRES worden georganiseerd hebben wij besloten een zgn. informatiebulletin uit te brengen.

In onderstaand bulletin informeren wij u over deze zaken. Het spijt ons dat u de komende maanden de rimpels van Jan van der Krabben, de puzzels en de recepten moet missen. In de nieuwsbrief van september vindt u dit allemaal weer.

Als u vragen/problemen met het missen van de nieuwsbrief heeft bel of mail mij:
Herman Schunselaar, telefoon 06-53319158 of mail: voorzitter@bres.nl

IN DE NIEUWSBRIEF VAN JUNI STAAN ALLE ACTIVITEITEN VAN BRES VERMELD DIE IN DE MAAND JULI PLAATSVINDEN. U kunt deze ook vinden op onze website.

EXTRA BIJEENKOMSTEN EN BIJEENKOMSTEN VAN BRES DE KOMENDE MAANDEN:

19 juli: Themabijeenkomst GEZONDE LEEFSTIJL om 14.00 uur in d'n Inloop

U bent nooit te oud om te starten met gezonde keuzes. Ook op latere leeftijd valt er veel gezondheidswinst te behalen. Ria van Dijk, diëtiste en gespecialiseerd in gedragsverandering zal de bijeenkomst verzorgen. Een gezondere manier van leven is gemakkelijker dan u denkt. Ria geeft tips om gezond en toch lekker te eten. Zodat u zich beter voelt en u misschien voor een deel van uw medicijnen af kunt komen. Wat is nou wel en wat is niet gezond te eten. Welke ingrediënten moet u beslist in huis hebben en wat kunt u beter in de winkel laten liggen. Ook geeft ze tips over bewegen in relatie tot voeding. Natuurlijk hebben ook ontspanning, slaap, het hebben van zinvolle tijdsbesteding en het gebruik van middelen zoals alcohol, nicotine en drugs invloed op uw gezondheid. De hamvraag: hoe zorgt u ervoor dat u het volhoudt? Een kleine verandering op een van deze gebieden kan al heel veel effect hebben.

Kom op 19 juli om 14.000 uur voor deze leerzame bijeenkomst naar d'n Inloop.
Wij ontvangen u met een kopje koffie/thee. Kosten € 3,00.

26 juli: Op stap met ... FLORIADE Almere'. Vertrek om 08.30 uur bij d'n Inloop:

Floriade Expo 2022 is de wereldtuinbouwtentoonstelling die vanaf 14 april 2022 een half jaar plaatsvindt in Almere. Tijdens de Floriade laat de Nederlandse tuinbouw samen met nationale en internationale exposanten voorbeelden zien die onze steden leuker, leefbaarder en duurzamer.

Prijs € 85,00 met een minimum aantal van 30 personen: Aanmelden tot uiterlijk 11 juli.

Inbegrepen: vervoer per luxe touringcar, koffie/thee 2 x met gebak op heenreis, entreeticket Floriade, inclusief enkele reis per kabelbaan en 3 gangendiner ter afsluiting.

Aanmelden: bij voorkeur via mail: kbojanine@kpnmail.nl of telefoon 073-5032036.

Bedrag overmaken bij aanmelding: NL 54 RABO 0113538456 t.n.v. Seniorenvereniging Bres onder vermelding van Floriade. Na ontvangst van dit bedrag is de aanmelding pas afgerond.

28 juli: Op stap met FerryCherry te Hedel.

In Hedel ligt de mooie kersengebied van F. van Eck. Hier worden meer dan 10 soorten kersen geteeld. Deze zijn tijdens het seizoen te koop, naast ook andere gezonde producten, zoals aardbeien, bramen, frambozen, blauwe bessen, wilde perziken en pruimen. Naast deze pure producten zijn er huisgemaakte aardbeien- en kersengelei en aardbeien-en kersenjam te koop.

Een kers is een echt seizoen product. Het kersenseizoen loopt van begin juni tot begin augustus. Deze steenvrucht is te verdelen in twee grote groepen: de zoete kersen worden vaak verkocht om zo te eten. De zure kersen worden vaak verwerkt in producten. In deze kersengebied hebben ze alleen zoete kersen. Momenteel hebben ze 11 soorten staan, elke soort heeft zijn eigen kleur, smaak en bite. De belangrijkste reden om verschillende soorten te telen heeft met de rijp te maken. Elke kersensoort is op een eigen moment rijp.

Prijs van deze zoete rondleiding: €15,00 inclusief vervoer en 2 x koffie met iets lekkers!!

Vertrek: 13.20 uur Mercuriusplein (aan de kant van het Kruidvat).

Aanmelden: tot 23 juli, bij voorkeur via mail kbojanine@kpnmail.nl of telefoon 073-5032036. Bedrag overmaken bij aanmelding op NL 54 RABO 0113538456 t.n.v. Seniorenvereniging BRES onder vermelding van Ferrycherry.

Carpoolen: het zou fijn zijn als er zich ook chauffeurs melden, die krijgen een vergoeding van € 0,40 cent per kilometer (tijdelijke verhoging in verband met de benzineprijs)

16 augustus: Themabijeenkomst INKOMEN EN PENSIOEN om 14.00 uur in d'n Inloop:

De heer Thomas van Kuijk praat ons bij over de ontwikkelingen op het gebied van pensioenen. Een ingewikkelde materie wordt door hem een stuk inzichtelijker gemaakt. Recent heeft de regering het wetsvoorstel voor een nieuw pensioenstelsel bij de Tweede Kamer ingediend. Waarom moet het bijna beste pensioenstelsel ter wereld op de schop? Wat zijn de risico's van zo'n enorme stelselwijziging? Het draagvlak voor het nieuwe stelsel brokkelt steeds verder af omdat er geen enkele zekerheid is dat nu uiteindelijk na 13 jaar de pensioenuitkeringen weer (gedeeltelijk?) geïndexeerd worden. De pensioenen zijn inmiddels zo'n 25 procent achtergebleven bij de inflatie van die jaren. De pensioenfondsen zwemmen in het geld maar mogen dat door de regels van de Nederlandse Bank niet uitgeven. Kom op 16 augustus om 14.00 uur voor deze leerzame bijeenkomst naar d'n Inloop. Wij ontvangen u met een kopje koffie/thee. Kosten € 3,00.

30 augustus: GRATIS JE VERKEERSKENNIS OPFRISSEN: 14.00 uur in d'n Inloop, gegeven door Veilig Verkeer Nederland.

Je wordt ouder en het verkeer vraagt veel van je aandacht. Hoe zorg je er dan voor dat je mobiel blijft. Iedereen die zich dat afvraagt kan gratis meedoen met de VVN (Veilig Verkeer Nederland) aan de auto opfriscursus. In opdracht van de gemeente Sint Michielsgestel en in samenwerking met de lokale VVN werkgroep organiseren wij deze opfriscursus, ook voor de ervaren automobilist. Bij deze opfriscursus is er de mogelijkheid om u aan te melden voor een individuele praktijkles in uw eigen auto. Bent u ouder dan 55 jaar, een ervaren verkeersdeelnemer, inwoner van de gemeente Sint Michielsgestel, kom dan op dinsdag 30 augustus om 14.00 uur naar d'n Inloop. Wij ontvangen u graag met een kopje koffie/thee en de deelname is gratis. **LET OP:** U moet zich wel uiterlijk voor 20 augustus aanmelden bij VVN : telefoon 088-5248850 of via de site van

VVN.nl/opfriscursus sintmichielsgestel.

Gevraagd: vrijwilligers voor de Hulpdienst Berlicum en Middelrode.

De hulpdienst Berlicum en Middelrode vraagt vrijwilligers voor het vervoer van senioren..

De vrijwilligers van de hulpdienst zorgen voor het vervoer van senioren uit Berlicum en Middelrode die om wat voor reden dan ook geen passend vervoer hebben bijvoorbeeld, vervoer naar ziekenhuis, arts, fysiotherapie, podotherapie, (familie)bezoek en ook naar de supermarkt om boodschappen te

Is uw belangstelling gewekt, beschikt u over een geldig rijbewijs met bijbehorende auto dan wordt u van harte uitgenodigd om contact op te nemen met de coördinator van de Hulpdienst, Marcel Loeffen, tel. Nr. 073-5032130/ 06-54797585.

Tips OnsLedenVoordeel Rookmelders

Per 1 juli a.s. zijn in elke woning een of meer rookmelders verplicht.

Aanschaf met het *OnsLedenVoordeel* bij de aanschaffing van het pakket van Alecto leidde tot mijn volgende ervaringen en tips, met dank aan de Dorpstafel van BRES:

1. ALS EERSTE VÓÓR het aanbrengen van de metalen schijf: ONTVETTEN van het te gebruiken plafondgedeelte;
2. Er zijn helaas drie verschillende gebruiksaanwijzingen; De ENIG JUISTE bestaat uit 4 kleine foto's;
3. PROBEER de IN het product aanwezige plafondplaat NIET uit het product los te maken; Dit is niet nodig; De bijgeleverde plugjes en schroefjes zijn OVERBODIG: dus NIET gebruiken!

Indien de installatie problemen geeft of waar de test van het productalarm volgens de gebruiksaanwijzing niet werkt, bel Alecto B.V. of maak telefonisch een afspraak en ga met de spullen naar Hesdo/Alecto Aziëlaan12, 5232 BA 's-Hertogenbosch, telefoon073-6411655.

REGULIERE ACTIVITEITEN:

De wekelijkse/maandelijks activiteiten die bij onze vereniging plaatsvinden zijn voor juli in de nieuwsbrief van juni vermeld. Omdat er in augustus geen ONS verschijnt, verschijnt er ook geen nieuwsbrief van BRES.

Voor de volledigheid onderstaand een overzicht van de lopende activiteiten

IN AUGUSTUS:

FIETSEN: elke dinsdagochtend om 09.30 uur: starten bij d'n Inloop

WANDELEN: elke donderdagochtend om 09.30 uur: starten bij d'n Durps herd

BILJARTEN: elke maandag in den Durps herd om 13.30 en elke vrijdag in d'n Durps herd en de Moerkoal om 13.30 uur

ZONDAGSOOS: op zondag 7 augustus en zondag 21 augustus in d'n Inloop om 14.00 uur

KOERSBAL begint weer op vrijdag 5 augustus om 14.00 uur in d'n Inloop (elke week)

DRIEWIEK: elke woensdagmiddag in d'n Inloop om 13.30 uur

BOWLEN: maandag 22 augustus om 13.30 uur in Dierenbos.

IN SEPTEMBER STARTEN OOK WEER EEN AANTAL ACTIVITEITEN, t.w.

SJOELEN: 1 september om 14.00 uur in d'n Inloop

RIKKEN EN JOKEREN: 1 september om 19.30 uur in d'n Inloop.

Het volledige overzicht met activiteiten wordt vermeld in de nieuwsbrief van augustus.

Jarigen in augustus:

80 jarigen:

C.J. Wigmans: 25 augustus

A.P.H. van Kreij: 29 augustus

85 jarigen:

Agnes van Dijk- van de Bruggen: 25 augustus

Leden die ons ontvallen zijn: Ger van der Burgt in de leeftijd van 77 jaar. Sterkte gewenst aan hen die het verdriet en gemis moeten dragen.