



Aalster Senioren Vereniging

Redactie;
Martin Asveld
Wilma Plugers

martinasveld44@gmail.com T: 06-54967029
Albertus62@outlook.com

De Burgemeester kreeg uitleg over het spelletje koersballen.



Fietsen

Op 4 en 18 oktober gaan wij weer fietsen, onderweg leggen wij aan voor een drankje. Verzamelen 10.30 uur, ingang van 't Hazzo. Gaat alleen door bij goed weer! Heeft u vragen neem dan contact op met Tom Strijbos of Jos de Natris.

Wij vragen u om wel de Overige richtlijnen fietsen in een groep te lezen. Zie op onze website van de [LF-Fietsclub de richtlijnen en adviezen](#)



Onze 100
jarige in
het
zonnetje
gezet



Programma Seniorencafé in 't Hazzo Oktober 2023

In het seniorencafé "t Hazzo kunt u van maandag tot en met donderdag tussen 10.00 -12.00 uur en 13.30 -17.00 uur terecht voor een kopje koffie en een praatje.

Vaste activiteiten (zie het jaarboekje voor meer gegevens zoals aanmelden en betalen)

Koersballen en handwerken

Iedere maandagmiddag **koersballen, handwerken** en ontmoeten vanaf 13.30 uur in 't Hazzo

Kaarten en een frietje eten

Op donderdagmiddag **kaarten in 't Hazzo**, aanvang 13.30 uur .

Na afloop kan u gezellig aan schuiven aan tafel om samen een frietje met een snack te eten. Iedereen is welkom ook als je niet mee hebt gekaart 's middags.

Bowlen

Op vrijdag 27 oktober gaan wij weer **bowlen** in het bowlingscentrum Valkenswaard. Aanvang 14.00 uur. Kosten € 7,50 voor 1,5 uur. Betalen en aanmelden **voor 20 oktober o.v.v. Bowlen**. Voor meer informatie mail naar Albertus62@outlook.com.

Maandprogramma oktober 2023	
Woensdag 4 oktober	Week van de eenzaamheid (zie pag.4)
Woensdag 11 oktober	ASV Dag (zie de uitnodiging)
Woensdag 18 oktober	GGD Lezing (onder voorbehoud)
Woensdag 25 oktober	Kienen, aanvang half twee

Consumptiebonnen

Op donderdagmiddag tussen 13.00 uur en 16.00 uur kan je **consumptiebonnen kopen** voor gebruik bij activiteiten in 't Hazzo. Zo is je consumptie goedkoper.

Voor al je betalingen altijd NL 89 RABO 0101 1021 35 t.n.v. KBO Aalst en o.v.v. de activiteit

Senioren gym

Op 23 augustus zijn wij weer gestart met de lessen. Wij gymmen van 09.00-10.00 of van 10.00-11.00 met daarna gezellig koffiedrinken. Dit seizoen zijn er 40 lessen. Kosten €160,00 voor leden. Nieuwe deelnemers kunnen 1 a 2 lessen gratis proefdraaien. Doe gezellig mee.

Wandelen en oefeningen met Ad Foudraine, Fysiotherapeut

Op donderdag wandelt Ad Foudraine van Fysiotherapie Beusen Foudraine naar de bossen rondom Aalst .Ondertussen worden er oefeningen gedaan om fit te worden en te blijven. U bent te allen tijde van harte welkom om geheel kosteloos aan te sluiten. Aanvang 10.30 uur tot 11.30 uur. Start vanaf locatie Anna Paulownalaan 2 te Aalst Waalre.





De lezing gehouden door een medewerker van de Rabobank werd goed bezocht en was zéér leerzaam.

Wij denken erover om deze lezing ieder jaar te organiseren.

Doordat oplichters steeds nieuwe wegen zoeken is het belangrijk dat je weet hoe dit te voorkomen, bv. door je spaargeld op slot te zetten.

DARTEN

We hebben al een paar leuke dartavonden achter de rug in het Hazzo.

Zowel de spelers met een beetje ervaring of de volslagen nieuwelingen gooien driftig met de pijltjes.

Er zijn zelfs een paar setjes pijlen aanwezig maar op termijn heeft natuurlijk eenieder zijn eigen setje.

We kunnen dus op 2 “borden” terecht en de scores worden bijgehouden op de aanwezige flip-over.

Vaak lachen als het pijltje naast het bord maar ook per ongeluk in de roos komt....



In ieder geval zorgen we voor een gezellige avond en je bent ook nog lekker maar wel op je gemak in beweging. Toch echt wel iets om eens uit te proberen.

Op 18 oktober 15 november zijn de eerstkomende spelavonden.

We spelen van 19.00 uur tot ongeveer 21,30 uur.

Tot dan / groetjes Frank en Gerard.

Ziekenbezoek of graag een bezoekje?

Bij langdurige ziekte kunnen alle leden van de KBO, indien dit op prijs gesteld wordt, een bezoek krijgen. Ken jij iemand in jouw omgeving die langdurig ziek is, meldt dit dan bij Jacqueline Bouwmans, tel.nr. 06-29185361 of Marian Mevissen, tel.nr. 06-14479728. Zij zullen dan, na overleg met de zieke, een bezoek regelen.

Leden die slecht ter been zijn of om een andere reden niet van de deur komen, kunnen ook contact opnemen met deze dames.

Zij komen u graag bezoeken! Ook leden, die zo maar een bezoekje op prijs stellen, kunnen contact opnemen.

Creativiteitsmarkt in ‘t Hazzo

Op 26 november houden wij een creativiteitsmarkt in ‘t Hazzo.

Heeft u een leuke hobby of mooie spullen die u wilt laten zien of verkopen dan is dit uw kans!

Aanvang 11.00 uur, einde 17.00 uur. Een tafel huren kost €10,00.

U kan zich opgeven bij Jeanne Strijbos, tel. 06 10592305, mailadres jeannestrijbos48@gmail.com.



Week tegen eenzaamheid

Door allerlei redenen komen steeds meer mensen, vooral ouderen, min of meer alleen te staan. Veel mensen kunnen daar redelijk goed mee omgaan, maar hebben toch vaak behoefte aan wat warmte, aan regelmatig menselijk contact. Dit is reden om landelijk een week tegen de eenzaamheid te organiseren om meer contacten tot stand te brengen en zo het leven van mensen een stuk prettiger te maken. Het aangenaam maken van het leven van ouderen is het hoofddoel van de Aalster Senioren Vereniging en wij willen ter gelegenheid van die week alle ouderen, alleen of niet alleen, op 4 oktober uitnodigen voor een kopje koffie met een stukje vla in 't Hazzo. Wij zijn van 10.00 tot 16.00 aanwezig. U mag alleen komen, maar als het kan:

Breng iemand mee.

Bridge

Bij het kaarten op donderdag is er vanaf nu ook de mogelijkheid om te bridgen. Materiaal is aanwezig.



Verder zal er bij voldoende belangstelling een introductie cursus bridge gestart worden. Opgave graag via email kbo.aalst@gmail.com of bij een van de bestuursleden. Bij voldoende belangstelling komt er een startbijeenkomst om het wanneer en waar af te stemmen.

Nieuwe leden:

Dhr. Schilstra, mevr. van der Pas, mevr. Aarts, mevr. De Jong, mevr. Kuiken.

Alzheimer Café Valkenswaard/Waalre

Ontmoeten & Informeren



PROGRAMMA

Onderwerp: **Onbegrepen gedrag**
 Datum: Dinsdag 26 september Tijd: 19.30 uur – 21.00 uur
 Waar: Café zaal De Dommelstroom, Bergstraat 32 Dommelen

Mensen met dementie doen soms dingen die je niet snapt. Dat is lastig voor jou, maar ook voor je naaste(n), jullie omgeving en zorgverleners.

Onbegrepen gedrag komt regelmatig voor bij mensen met dementie. Het kan lastig zijn om te achterhalen wat iemand precies wil, bedoelt of voelt.

Om deze mensen beter te kunnen begrijpen, hebben we Ilona van Bree uitgenodigd. Zij is trainer van het gedragsexpertise team. Zij zal ons die avond hierover informatie komen geven. U bent op dinsdag 26 september van harte welkom om uzelf te informeren én om andere lotgenoten te ontmoeten. Alzheimer Café vindt zoals gewoonlijk plaats in café zaal De Dommelstroom, Bergstraat 32 te Dommelen. Het programma start om 19.30 uur en eindigt om en nabij 21.00 uur. De zaal is open vanaf 19.00 uur. De toegang is gratis

