

**Redactie;** Martin Asveld [martinas.asveld44@gmail.com](mailto:martinas.asveld44@gmail.com) T: 06-54967029  
Wilma Plugers [Albertus62@outlook.com](mailto:Albertus62@outlook.com)

### Nieuw Logo

In onze vorige nieuwsbrief hebben wij u het nieuwe logo van de Aalster Senioren Vereniging gepresenteerd. Helaas mogen wij dat logo niet gebruiken, dat heeft te maken met het merken/ portret recht. Nu heeft Senioren Brabant Zeeland door een extern bureau het logo voor ons gemaakt dat wij wel mogen gebruiken. In de kop van deze nieuwsbrief en ook op onze website staat het nieuwe logo.

### In memoriam

Overleden mijn vrouw Mevr. C. Baselmans

Graag wil ik bij deze iedereen bedanken voor de aandacht, bloemen en woorden bij het overlijden van Corrie Baselmans mijn grote liefde.



Ondanks het grote verlies voelde al jullie medeleven als een warme deken. Er is maar één medicijn tegen alleen zijn.

## Welkom.

Bert Baselmans.

Wij wensen Bert, familie en vrienden heel veel sterkte in deze moeilijke tijd.

### Overleden Leden

Mw. C. Rijsingen

Wij wensen familie en vrienden heel veel sterkte in deze moeilijke tijd.

### Ziekenbezoek of graag een bezoekje?

Bij langdurige ziekte kunnen alle leden van de ASV, 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

## Kerstviering ASV 18 december 2024



Op 18 december kwamen maar liefst 120 leden naar onze jaarlijkse kerstviering. De zaal was door vrijwilligers prachtig versierd, de door onze leden prachtig gemaakte kerststukken prijken op de tafels. De tafels waren mooi gedekt en voor iedereen lag er een mooie boekenlegger met een kerst / nieuwjaar wens op het bord gemaakt door Wil Sengers. Wil heel erg bedankt!

Wij begonnen met een kopje koffie met iets lekkers en onze interim voorzitter las een mooi kerstgedichtje voor.

Daarna volgde het 4 gangen verrassingskerstdiner dat voortreffelijk was.

Wij kregen vooraf een carpacciosalade met een glaasje garnaltjes, dan een prei/courgettesoep, als hoofdgerecht rund stoofvlees met rode kool, groente en aardappel kroketjes en als afsluiting een heerlijk ijsdessert.

Complimenten voor de koks en de gastvrouwen en heren!

Tussendoor was er een gigantische loterij, maar liefst 85 mooie prijzen die geschonken waren door onze middenstanders uit Aalst/Waalre.

**Ondernemers héél erg bedankt voor de steun die u onze vereniging geeft!**

De voorzitter sloot af met even stil te staan bij de mensen die leven in een wereld van oorlog en geweld, armoede en honger. En om dit te ondersteunen draaiden ze een videoclip en lied van Michael Jackson "Heal the world".

Het was een fantastische kerstviering! (zie voor meer foto's [ASV/KBO](#))



## Dringende oproep

### RAYONBEZORGER GEZOCHT IN ZUID-OOST BRABANT

Senioren Brabant-Zeeland is per direct op zoek naar een rayonbezorger in Zuidoost Brabant. We zoeken iemand met een ruime auto die het leuk vindt om elf keer per jaar ONS Magazine in de omgeving bij zestien KBO-afdelingen te bezorgen. Hiervoor krijgt hij/zij een ruime kilometervergoeding en per dagdeel nog een kleine vergoeding. Degene dient te beschikken over een overkapping of schuur waar de magazines, die op een pallet geleverd worden, kunnen worden neergezet. Hij/zij moet erop rekenen dat hij/zij ongeveer anderhalve dag voor de bezorging nodig heeft.

Het betreft de bezorging in de volgende woonplaatsen: Aalst, Borkel en Schaft, Budel, Dommelen, Geldrop, Heeze, Leende, Lierop, Maarheeze, Nuenen, Someren Dorp, Someren-Heide, Someren-Eind, Sterksel, Waalre en Valkenswaard.

Geïnteresseerden kunnen contact opnemen met Jacquélien Cuppers via telefoonnummer 073-3036441 of via de mail [j.cuppers@seniorenbrabantzeeland.nl](mailto:j.cuppers@seniorenbrabantzeeland.nl)

### Dinsdagmiddag Bridge

Iedere eerste dinsdag van de maand, met uitzondering van maart want dan is het de tweede dinsdag van de maand, bridgen wij in 't Hazzo. Wij beginnen om 13.30 uur exact. Het inschrijfgeld bedraagt €2,00 per persoon en kan bij inschrijven alleen gepind worden, **geen contante betaling** of u kan het bedrag van te voren overmaken op rekeningnummer NL89RABO0101102135 t.n.v. KBO Aalst o.v.v. bridgen en de maand(en) benoemen. U kan dus ook voor meerdere maanden tegelijk betalen.

De volgende middag is dinsdag 4 februari 2025, aanvang 13.30 uur. Op dit moment kunnen zich nog 2 paren aanmelden. Mail voor meer informatie naar [Albertus62@outlook.com](mailto:Albertus62@outlook.com).

### Digitale ondersteuning

Jos Boonen geeft digitale ondersteuning voor de leden van de Aalster Senioren Vereniging. Hij is bereid om te helpen met problemen met computer, tablet of telefoon.



U kan hem telefonisch raadplegen (alleen op maandag); een mailtje sturen mag altijd. Afhankelijk van het voorgelegde probleem geeft hij vervolgens aan hoe, waar en wanneer hij u de ondersteuning biedt.

Jos Boonen, 06 2478 8321, [jos.boonen@kpnmail.nl](mailto:jos.boonen@kpnmail.nl)

### Nieuwe leden

Mw. M.v.d. Vleuten

Van harte welkom en wij hopen u binnenkort bij een van onze activiteiten te begroeten.

## Onze vaste activiteiten in 't Hazzo

### Koersballen en handwerken

Op maandag 6 januari 2025 gaan wij weer koersballen en handwerken.

Aanvang 13.30 uur in 't Hazzo.

U bent welkom voor een praatje en een kopje koffie.

### Kaarten, rikken of jokeren en een frietje eten

Op donderdagmiddag 9 januari 2025 gaan wij weer kaarten in 't Hazzo, aanvang 13.30 uur, kosten € 3,50.

Na afloop kan u gezellig aan tafel schuiven om samen een frietje met een snack te eten, kosten € 5,90. Iedereen is welkom ook als je 's middags niet mee hebt gekaart.

### Consumptiemunten kopen

Op donderdagmiddag kan u consumptiemunten kopen in 't Hazzo. Zo is uw koffie/thee of drankje goedkoper. Vanaf 1 januari kost de gele munt €1,80.

### Senioren gym in 't Hazzo

Iedere woensdagmorgen is het van 9.00 tot 10.00 uur of van 10.00 tot 11.00 uur gymmen in 't Hazzo.

De kosten zijn voor leden van een seniorenvereniging €190,00 voor 40 lessen. Op dit moment zijn er nog enkele plaatsen beschikbaar



### Seniorengym in Paramount

Iedere dinsdag en donderdagmorgen is het van 9.00 uur tot 10.00 uur senioren fitness bij Paramount.

### Iedere donderdag wandelen en oefeningen met Ad Foudraïne, fysiotherapeut.

Op donderdag wandelt Ad Foudraïne van Fysiotherapie Beusen Foudraïne naar de bossen rondom Aalst. 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

### Vrijdag 28 februari bowlen

Gaan wij dit jaar 6 banen of alle banen bezetten? Kom gewoon eens een keer kijken, er is zoveel plezier en gezelligheid, dat wil je niet missen.

Wij bowlen van 14.00 tot 15.30 uur in de leukste bowling van Brabant te Valkenswaard. Kom eens kijken en geniet van deze sportieve spelmiddag waar veel gelachen wordt.

Wil je meespelen geef je dan op en maak € 8.- over voor 20 februari zodat wij weten hoeveel personen er komen en wij de banen kunnen reserveren.

Betalen van €8,00 op rek.nr. NL89RABO0101102135 ovv bowlen februari.

Voor meer informatie mail naar [Albertus62@outlook.com](mailto:Albertus62@outlook.com)

Kijk voor het volledige programma ook op onze agenda op de [website ASV/KBO](#)



## HET AALSTER SENIOREN CAFÉ

### Woensdag 5 februari Darten

Wij beginnen om 13.30 uur in 't Hazzo. Heeft u belangstelling kom gerust eens binnen of neem contact op met Martin Asveld, 06-54967029 of [martinans.asveld44@gmail.com](mailto:martinans.asveld44@gmail.com).

### Woensdag 12 februari lezing Remedica, vitaal het jaar rond

Een dynamische workshop waarin we op verschillende manieren en actief met de deelnemers aan de slag met de volgende onderwerpen:

- Buiten in de natuur
- Bewegen & ontspannen
- Voeding & sociale contactenrondbescherming

Tijdens deze workshop is het nooit saai en komt iedereen in actie. Denk aan een quiz die we doen, opdrachten in groepjes, muzikale ondersteuning en een draai- en spel. We zorgen ervoor dat iedereen mee kan doen.

Aan het einde van deze workshop gaat u naar huis met nieuwe kennis en kunde over positieve gezondheid. De deelnemers ontvangen ook nog de remedica vitalitybox met ondersteunende materialen om thuis het geleerde in de praktijk te brengen.

Aanvang 14.00 uur in 't Hazzo, zaal open vanaf 13.30 uur

### Woensdag 19 februari muziekmiddag met Triple-X en na afloop een heerlijke stoofvleeschotel met frites en salade, aanvang 13.30 uur

Een mooie muziekmiddag met liedjes uit de jaren 70. Zie voor meer informatie en opgeven de bijgevoegde flyer.

### Woensdag 26 februari Kienen en Darten, aanvang 13.30 uur

Het kienen begint om 13.30 uur. Ook deze middag hebben wij weer leuke prijsjes voor degene die kien mag roepen.

Het darten begint om 13.30 uur. Heeft u belangstelling kom gerust eens binnen of neem contact op met Martin Asveld, 06-54967029 of mail [martinans.asveld44@gmail.com](mailto:martinans.asveld44@gmail.com).

### 9 april Algemene leden vergadering aanvang 13.30 uur

U kan de jaarstukken inzien vanaf 26 februari door een mail te sturen naar [kje@kpnmail.nl](mailto:kje@kpnmail.nl) of te kijken op onze [website ASV/KBO](#).

U kan ook bestuursleden voordragen 6 weken voor aanvang vergadering. Stuur dan een mail naar [kje@kpnmail.nl](mailto:kje@kpnmail.nl) of naar [martinans.asveld44@gmail.com](mailto:martinans.asveld44@gmail.com).



## DE TOEKOMST VAN DE ZORG IS THUIS

### Derde bijeenkomst van de campagne 'Senioren Zelf aan Zet' op 5 februari

Kan je rekenen op zorg als je ouder wordt en de vitaliteit gaat afnemen? Met concrete voorbeelden wordt helder gemaakt hoe belangrijk het is om nu al stil te staan bij later, en daar het gesprek over aan te gaan. Tijdens deze bijeenkomst maakt u kennis met de SLOW visie (Samen Leren Ouder Worden), een andere kijk op hoe we iedere dag allemaal ouder worden. Wat is en kan de eigen rol daarin zijn. Hoewel veel mensen liever niet om hulp vragen is het toch belangrijk om nu al te bespreken hoe je elkaar kunt helpen als er later ondersteuning en/of zorg nodig is. Zo houdt je de regie over je eigen zorg. Soms is als aanvulling op de zorg uit jouw omgeving professionele zorg nodig. Wat is er dan mogelijk en hoe kom je bij de juiste zorg?

**Woensdag 5 februari van 19.30 – 22.00 uur, Huis van Waalre**

Voor deze bijeenkomst kunt u zich *aanmelden* via de website [www.wwzwaalre.org](http://www.wwzwaalre.org). Ga naar kopje 'geïnteresseerd'. Door op de rode balk met 'direct aanmelden' te klikken komt u bij het aanmeldformulier.

U kunt ook een mail sturen naar [info@wwzwaalre.org](mailto:info@wwzwaalre.org)

## Dé wegwijzer voor hulp en initiatieven in de gemeente Waalre



De Sociale Gids wijst je de weg naar organisaties en activiteiten in jouw buurt en de gemeente op het gebied van welzijn, hulp en ondersteuning, opvoeden, cultuur en geldzaken. Hiervoor is geen verwijzing of indicatie nodig.

### Eén overzichtelijke plek

Zoek je bijvoorbeeld financiële hulp?

Of ben je juist op zoek naar contact met anderen?

En zoek je activiteiten om aan mee te doen?

Of heb je vragen over opvoeding?

Waar je vraag ook over gaat, kijk op [sociale gids waalre.nl](http://sociale gids waalre.nl) waar je terecht kunt in Waalre



Scan de  
QR code!

### Ben je vrijwilliger, mantelzorger of professional?

De sociale gids is niet alleen handig voor inwoners maar ook voor vrijwilligers, professionals en mantelzorgers voor het vinden van hulp, diensten of sociale activiteiten voor familieleden of cliënten. Kijk op [sociale gids waalre.nl](http://sociale gids waalre.nl)