



Mei 2024

redactie@seniorengenep.nl



Inhoud

Van het bestuur	1
Komende activiteiten	
Agenda Goede Herder	2
Wandelen 50+	2
Opfriscursus verkeer	2
Jaarreis Amersfoort	2
Aspergediner	2
Cursus reanimatie AED	2
Zomerschool	2
Ledenvergadering	3
Nogmaals de ledenpas	3
Rijbewijskeuring 75+	3
Overleg met CDA	4
Wandelen Maas & Niers	4
Veiligheid (2)	5
Toos Basten	5
Terugblik	
Modeshow di 9/4	4
Inschrijfstrookjes:	
AED cursus 14/06	6
Jaarreis Amersfoort	6
Aspergediner	6
Pinksterbrunch	6

Van het bestuur

April deed wat het weer betreft opnieuw wat het wilde. Maar bij Seniorengenep was het vaak gezellig en warm. Op 2 april is de eerste fietstocht ondanks veel regen met een groep van start gegaan. Het is een activiteit waarbij wekelijks een mooie uitgezette tocht wordt afgelegd. Onderweg wordt er steeds een stop ingelast voor een versnapering. Hopelijk worden meer leden enthousiast en sluiten hierbij aan. Op 9 april werd er een modeshow gehouden. Maar liefst 9 leden van onze vereniging liepen die avond over een echte catwalk met dameskleding van damesmodezaak Zi-Zo en schoenen van de nieuwe schoenenzaak Pour Femme. Het was een zeer geslaagde avond waar een kleine 100 leden de modieuze betaalbare kleding met bijpassende schoenen, tassen en accessoires konden aanschouwen. De jaarlijkse leden-vergadering vond plaats op 12 april. Op deze vergadering werd afscheid genomen van bestuurslid Willemien Janssen. Het betuur dankte haar voor haar inzet. Vervolgens werd Toos Basten hartelijk welkom geheten als nieuw bestuurslid. De activiteitencommissie en het bestuur kregen van de leden complimenten voor het vele werk dat wordt verzet bij het organiseren van activiteiten.

De voorzitter lichtte nog nader toe hoeveel werk er met name door de secretaris en penningmeester achter de schermen is verricht m.b.t. alle veranderingen die in 2023 hebben plaatsgevonden. Hierover hebben wij onze leden steeds in nieuwsbrieven op de hoogte gehouden. De voorzitter spreekt zijn grote waardering uit aan deze twee leden van het bestuur. Het jaarverslag en alle financiële stukken werden door de ledenvergadering goedgekeurd. De winkelreis naar Zwolle op 19 april met een nagenoeg volle bus was erg gezellig en, ondanks de regenbuien, geslaagd. Op 23 april heeft er een OOGG plaatsgevonden met de 5 afdelingen in de gemeente Gennep. Met de afdelingen is uitvoerig gesproken over samenwerking. Het voorstel is om gezamenlijk met bepaalde activiteiten op te trekken als dat mogelijk is. Gedacht wordt dan aan themamiddagen die voor alle afdelingen interessant zijn. Ook is gesproken om bij de gemeente het seniorenbeleid meer onder de aandacht te brengen. Onderwerpen zoals wonen voor senioren, eenzaamheid, positieve gezondheid en armoede verdienen extra aandacht. De gemeente heeft hierbij een belangrijke rol. Verder kunt u lezen dat er in mei weer leuke activiteiten op de rol staan. Wij wensen iedereen dan veel leesplezier met deze weer uitgebreide nieuwsbrief.



Het volgende 50+ magazine verschijnt op di. 4 juni De kopij voor nieuwsbrief nr. 06 moet uiterlijk op vrijdag 24 mei in ons bezit zijn. U kunt uw bijdrage sturen naar redactie@seniorengenep.nl of op papier inleveren in de witte brievenbus in de Goede Herder. Strookjes voor deelname aan activiteiten van Seniorengenep kunt u inleveren in de witte brievenbus in de Goede Herder, digitaal aanmelden kan ook via de website onder "activiteiten" of mailen naar mevr. Annie Vorstenbosch coordinator@seniorengenep.nl Adres: Langeweg 62 659XZ Gennep.

Agenda Goede Herder (= G.H.) zie ook de website

Wekelijkse vaste activiteiten:

Maandag:	13.30u - 16.00u: Computerclub
Dinsdag:	10.30u - 12.00u: Soos: kopje koffie+praatje 14.00u - 16.30u: Koersbal 19.00u - 21.30u: Koersbal
Woensdag:	09.30u - 10.30u: Zingen. 13.30u - 17.30u: Bridgen 14.00u - 16.00u: Jeu de Boules
Donderdag:	09.30u - 11.30u: Schilderen 14.00u - 17.00u: Soos / kaarten 20.15u - 00.00u: Schaken
Vrijdag:	-----

Wandelen 50+ (vr.31/05 09.00u)

Noteer in uw agenda: Vrijdag 31/05/24
Plasmolen, Parkeerplaats Muldershofweg.
Start om 09.00u. Tel. aanmelden bij Ger
Noij. Tel. 0485 - 213404 of 06-15558679



Opfriscursus verkeersregels vr. 31/5 en vr. 7/6

Er is een indeling gemaakt voor de cursus op 31/5 en 7/6.
Groep 1 wordt verwacht om 10.50u in de Goede Herde (cursus begint om 11.00u en duurt tot 13.00u) en **Groep 2** wordt verwacht om 13.50u (cursus begint om 14.00u en duurt tot 16.00u). Mocht u specifieke problemen behandeld willen zien, kunt u die per mail opgeven (tot 20 mei sturen naar redactie@seniorengennep.nl). Indeling is inmiddels bekend.

Jaarreis di 25/06 Amersfoort: geef u nu op!

Dit jaar gaat de jaarreis naar Amersfoort, het geografische hart van ons land! De reis omvat een fraaie rondrit over de Veluwe met een koffie- en gebakstop in Otterlo, voordat we naar Amersfoort gaan voor een rondvaart. In de middag kunt u kiezen uit verschillende activiteiten. Om 16.30 uur vertrekt de bus richting Valburg voor een driegangmenu. Omstreeks 20.30 uur bent u weer terug in Gennep. Inschrijven kan via het strookje op pagina 6 of digitaal via onze website onder het kopje "activiteiten".

Samen eten: aspergediner di/woe 4-5 juni 17.30u

Op di 4/6 en/of wo 5/6 organiseren we een aspergediner bij de Old Inn. Het menu: aspergesoep gevolgd door heerlijke asperges + aardappeltjes. Het toetje bestaat uit Heldro ijs met verse aardbeien. Kosten van dit smakelijke diner: € 29,50. Er is per dag plaats voor 30 personen. U kunt zich aanmelden via het strookje op pag. 6 of digitaal via het aanmeldingsformulier op onze website. (seniorengennep.nl --> activiteiten --> inschrijven --> asperges).

Om het indelen gemakkelijker te maken, kunt u die keuze ook aan ons laten. Vul dan op het strookje geen datum in of kies bij het digitale formulier bij "datum": "maakt me niet uit". U kunt zich tot 25 mei voor deze maaltijd opgeven. NB. Alle consumpties zijn voor eigen rekening. Het diner begint om 17.30u



AED cursus 14/6 14.00u in Goede Herder

Senioren Gennep willen een cursus aanbieden aan onze leden om een AED (Automatische Externe Defibrillator) te bedienen. Op deze manier kan er bij hartfalen sneller gereanimeerd worden, wat de overlevingskans aanzienlijk vergroot. Het is van cruciaal belang dat er genoeg mensen zijn die dit apparaat kunnen bedienen wanneer de situatie dit vereist. Daarom doen we een oproep via een invulstrookje op onze website. Er hangt er een AED bij de ingang van de Goede Herder.

Wij vinden het erg belangrijk dat er diverse leden zijn die weten hoe ze met het apparaat moeten omgaan. Er is niets mooiers dan kunnen zeggen dat u ooit iemands leven hebt gered dankzij uw kennis. De cursus wordt gehouden bij minimaal 8 personen op vrijdag 14 juni om 14.00 uur in de Goede Herder. De bijdrage aan deze cursus, die voor het merendeel betaald wordt door Senioren Gennep, bedraagt €10,-. Opgeven voor deze cursus kan tot 21 mei.

Programma van de zomerschool is rond

Afgelopen weken zijn de laatste afspraken gemaakt voor het zomerschoolprogramma. Op vijf woensdagen in juli en augustus staan er weer verschillende activiteiten op het programma. Hieronder staan de activiteiten vermeld:

Woensdag 31 juli: Bezoek aan het Voedselbos Groesbeek (Let op: u parkeert op 1,5 km afstand en moet dus heen en terug lopen!)

Woensdag 7 augustus: IVN-wandeling bij De Vilt, gevolgd door een lunch in het Posthuis (Start om 10.00 uur, lunch om 12.30 uur, einde om 14.00 uur)

Woensdag 14 augustus: Excursie naar Imkerij Immenhof in Molenhoek met eigen vervoer. Het gaat over het nut en belang van bijen.

Woensdag 21 augustus: Lunch bij De Goede Herder gevolgd door een huifkartocht in de omgeving. Met Mat Loonen kunnen 40 personen en maximaal 4 rolstoelen mee. Deze activiteit is geheel gratis.

Ledenvergadering 12/04

Op 12 april heeft de jaarlijkse ledenvergadering plaatsgevonden. Na het openingswoord door de voorzitter werd even stilgestaan bij de overleden leden van Senioren Gennepe. Vanaf 1 januari 2023 tot 12 april 2024 zijn er 43 leden overleden. Paul Wessels, die samen met de penningmeester en nog 2 andere leden de kascontrole heeft uitgevoerd en de penningmeester heeft gedechargeerd voor het uitstekend gevoerde financiële beleid, is helaas kort geleden overleden. Ook meldde de voorzitter dat het ledenbestand vanaf 1 januari 2023 tot 12 april 2024 met 144 is toegenomen, waarvan 60 leden van de GON zijn die vanaf 1 januari 2024 is opgehouden te bestaan. Het aantal leden dat om verschillende redenen, zoals verhuizing, heeft opgezegd, bedraagt 36. Het totaal aantal leden bedroeg op 12 april 865, een aantal waar we trots op mogen zijn. Na behandeling en goedkeuring van de notulen, het jaarverslag en het financiële verslag, met dank aan de secretaris en penningmeester, werd er een pauze gehouden waarin er een drankje werd genuttigd. Tijdens de pauze werd een fotocollage genaamd "Het jaar 2023 in beeld", samengesteld door Therese Hoen, getoond. Na vertoning van deze collage werd de vergadering hervat met het agendapunt bestuursamenstelling. Er werd afscheid genomen van Willemien Janssen, die na 3 jaar het bestuur verlaat, met lovende woorden van de voorzitter. Willemien blijft als vrijwilliger nog nauw betrokken bij onze club. Toos Basten werd voorgedragen als nieuw lid van het bestuur van Senioren Gennepe. Nadat Toos zichzelf had voorgesteld, wenste de voorzitter Toos veel succes als nieuw lid en gaf aan erg blij te zijn met haar toetreding. Tijdens de rondvraag spraken de leden veel waardering uit voor de activiteitencommissie en het bestuur, die veel tijd steken in het organiseren van leuke activiteiten. Na deze lovende woorden sloot de voorzitter de ledenvergadering, waarna er nog gezellig werd nagepraat onder het genot van een drankje.



Nogmaals de ledenpas

Bij de nieuwsbrief en het magazine van april vond u de nieuwe ledenpas van Senioren Gennepe. Deze ledenpas wordt éénmalig verstrekt. Bewaar hem dus goed. Bij verlies kunt u tegen een kleine vergoeding een nieuwe pas aanvragen. Wanneer er een fout op de ledenpas staat, kunt u dat melden bij Frans Simons, onze ledenadministrateur. We laten eens in de zoveel tijd voor nieuwe leden pasjes drukken en nemen de fouten dan mee. Met deze ledenpas kunt u bijvoorbeeld korting krijgen op de rijbewijskeuring (zie het bericht hierover in deze nieuwsbrief). Alle kortingen zijn op de website vermeld op een lijst onder het kopje lidmaatschapszaken. We hopen deze lijst over een tijdje uit te breiden en laten via de nieuwsbrief weten bij welke ondernemers in Gennepe u korting kunt krijgen.

Korting rijbewijskeuring 75+

Wanneer u 75+ bent, moet u worden gekeurd om uw rijbewijs te kunnen verlengen. U bent vanzelfsprekend vrij om zelf een keuringsarts te zoeken. U kunt ook een afspraak voor een keuring maken op Rijbewijskeuringsarts.nl.



Als u lid bent van een ouderenbond, krijgt u korting. U betaalt dan € 47,50 in plaats van € 64,50. Bij aanmelding op de website, komt u in een keuzemenu waarbij u een plaats en een tijdstip kunt kiezen. Voor Gennepe is een locatie in Boxmeer het meest dichtbij. Daar kunt u kiezen voor een woensdag, meestal 1x in de 14 dagen.

Om de korting te krijgen, krijgt u de vraag of u bent aangesloten bij een ouderenbond. Als u "ja" aanklikt, komt er een lijst met deelnemers. U moet flink naar beneden scrollen tot aan de letter S en u het logo van onze vereniging Senioren Gennep ziet. Klik dat aan. De rest wijst zich vanzelf.

Lukt de aanmelding voor de keuring digitaal niet?

De computerclub op de maandagmiddag helpt u graag verder. Over alle stappen die moeten worden genomen bij de verlenging, vindt u op de website een gebruiksaanwijzing. Dat staat onder het kopje "Lidmaatschapszaken".

Een foldertje hierover is ook opgenomen in de draaimolen in de Goede Herder.

Overleg Senioren Gennep met het CDA

Op 27 maart heeft een vertegenwoordiging van het bestuur van Senioren Gennep een overleg gehad met afgevaardigden van het CDA. In dit overleg zijn diverse thema's aan de orde gekomen. Een belangrijk onderwerp was de aandacht voor eenzaamheid en armoede onder senioren. Om deze reden is Senioren Gennep ook vertegenwoordigd in een werkgroep van de gemeente zodat we op dit terrein onze inbreng kunnen leveren. "WOZO" (Wonen, Ondersteunen en Zorg voor Ouderen) is steeds relevanter voor senioren en verdient extra aandacht. Wij als Seniorenorganisatie vinden het belangrijk serieus genomen en gehoord te worden op dit gebied. Beide partijen waren tevreden over dit overleg en stellen voor om het jaarlijks te herhalen. Daarnaast is de afspraak gemaakt om direct overleg te voeren als daar aanleiding toe is.



afvaardiging v. h. SG bestuur en het bestuur v.h. CDA

Wandelen tussen Maas en Niers.

Het is bijna zover de Avond4daagse gaat van start.

WANDELEN TUSSEN MAAS EN NIERS

De afgelopen tijd heeft laten zien dat er veel mensen aan het wandelen zijn gegaan. Hoe mooi zou het zijn om samen op pad te gaan. Wij zorgen voor routes door de gehele gemeente Gennep, en vooral op plaatsen waar u mogelijk nog nooit bent geweest. Als comité doen we er alles aan om er weer een mooie week van te maken.

De startplaats: De Goede Herder Europaplein 1 in Gennep.

Datum: 11-12-13-14 Juni 2024

Afstanden: 10 Km en 5 Km

Starttijden: 10 Km 18.00u
5 Km 18.30u

Inschrijfgeld: € 8,00 p.p. voor 4 avonden
€ 2,50 p.p. voor 1 avond

Inl: C. Kersten Tel: 0655925833

Mail: wandelenmaasenniers@gmail.com

Terugblik op de modeshow van 9 april

Op 9 april organiseerden we een modeshow in De Goede Herder, in samenwerking met Zi-ZO en Pour Femme van de Zandstraat. Maar liefst 90 leden waren aanwezig in de zaal toen om 19.30 uur de eerste van de 8 mannequins, allemaal lid van Senioren Gennep, de speciaal voor deze gelegenheid gehuurde catwalk betraden. Al snel bleek dat de dames Albers (van Zi-ZO) en Valks (van Pour Femme) de perfecte kleding en schoenen hadden uitgekozen. De reacties van het publiek waren lovend! Janny van Unen trad op als presentatrice en praatte het geheel naadloos aan elkaar. Podiumangst bij de mannequins was nauwelijks te bespeuren; integendeel, al snel voelden de dames zich als een vis in het water op de catwalk!. Hieronder een aantal foto's van dit mode-event. Zie ook onze website.



Deel 2 Veiligheid

Hulpvraagfraude (via bijvoorbeeld WhatsApp)

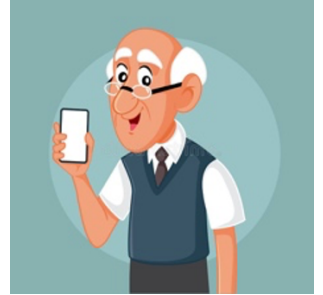
Als vervolg op de bijeenkomst over veiligheid heeft het bestuur besloten in elke nieuwsbrief een onderdeel van Senioren en Veiligheid op te nemen.

Wat is het probleem?

Via apps, bijvoorbeeld WhatsApp of sms, communiceren we tegenwoordig veel met elkaar. Maar oplichters maken hier ook gebruik van. Ze proberen geld van u af te troggelen door zich voor te doen als een bekende van u.

Hoe gaat een oplichter te werk?

Bij hulpvraagfraude via WhatsApp of sms ontvangt u een bericht van een oplichter die zich voordoeft als een bekende. Bijvoorbeeld als uw (klein)zoon, (klein)dochter of als uw vriend of vriendin. Vaak begint het met een berichtje dat de bekende een nieuw telefoonnummer heeft. Daarna volgt al snel het bericht dat diegene in de problemen zit met de vraag aan u om te helpen door middel van een betaalverzoek.



Wat kunt u zelf doen?

- Wees altijd alert als u om geld wordt gevraagd. Ook als u een bericht krijgt van een telefoonnummer dat bij u bekend is.
- Bel altijd eerst de persoon zelf op het voor u bekende nummer. En zorg dat u een normaal gesprek met hem of haar kan voeren. Neem er geen genoegen mee als de persoon zegt u niet te kunnen horen of dat hij/zij niet op kan nemen. Niet gebeld = geen geld.
- Controleer het rekeningnummer dat de oplichter opgeeft. Komt het overeen met het rekeningnummer van de bekende?

WhatsApp-overname

Ook kunnen oplichters proberen toegang te krijgen tot uw WhatsApp-account. Oplichters downloaden WhatsApp op hun eigen telefoon, voeren uw telefoonnummer in als hun eigen nummer en vragen de verificatiecode op. U ontvangt dan de verificatiecode voor WhatsApp.

Vervolgens neemt de oplichter contact met u op en geeft aan dat per ongeluk de verificatiecode naar u toe is gestuurd. Daarna volgt het verzoek om de verificatiecode aan hem door te geven.

Wat kunt u zelf doen?

- Scherm uw social media af. Het gaat niet alleen om het telefoonnummer, maar ook om de foto's die openbaar staan of de manier van contact met anderen wat ze hier kunnen aflezen. Zo voorkomt u dus óók dat u gehackt wordt en iemand uw identiteit steelt om een ander op te lichten.
- Om te voorkomen dat misbruik wordt gemaakt van uw WhatsApp-account kunt u tweestaps verificatie instellen. Dat is een extra beveiliging.

Tweestaps verificatie

De tweestaps verificatie is vrij eenvoudig in te stellen in uw WhatsApp.

1. Ga in WhatsApp naar 'Instellingen'
2. Vervolgens naar 'Account'
3. Wanneer u hier 'Verificatie in twee stappen' aanklikt, kunt u de tweestaps verificatie inschakelen.

kunt op maandagmiddag altijd hulp vragen aan de mensen van de computerclub. Er is een inloopspreekuur maar nog beter: meld u uiterlijk vrijdag voorafgaand aan de maandag dat wilt komen aan bij Ton Pelse, coordinator van de PC-club (tonpelsers@gmail.com)



Even voorstellen een nieuw bestuurslid: Toos Basten

Tijdens de jaarvergadering van Senioren Gennep van 12 april j.l. werd ik verwelkomd als nieuw bestuurslid. Graag stel ik me kort voor aan alle leden. Mijn naam is Toos Basten. We hebben 2 zonen, 2 schoondochters en 3 kleindochters die niet meer zo klein zijn. Voor mijn pensionering heb ik 30 jaar gewerkt bij de gemeente Bergen. Na mijn pensionering ben ik als vrijwilliger aan de slag gegaan bij de VPTZ land van Cuijk en wel in het hospicehuis de Cocon in St. Anthonis.

Even voorstellen een nieuw bestuurslid: Toos Basten (vervolg)

Naast het werken bij de Cocon houd ik me bezig met mijn tuin(tje), lees ik graag een boek, fiets ik graag een rondje, en ga graag de natuur in. Mijn man en ik zijn 3 jaar geleden vanuit Heijen weer in Gennep komen wonen en zijn lid geworden van Senioren Gennep en nemen deel aan de kunstclub. Bestuurslid ben ik geworden omdat ik van mening ben dat we als senioren in Nederland nog veel voor de maatschappij kunnen betekenen. Wat kan ik doen voor de maatschappij? Zowel bij de VPTZ als ook bij de Senioren Gennep zijn erg veel vrijwilligers die zich belangeloos inzetten voor de ander, de medemens. Voor Senioren Gennep, de kracht van samen, met zo veel leden, zo veel vrijwilligers, zo veel activiteiten, en zo'n prachtige locatie, wil ik me graag gaan inzetten.

**AED cursus op vrijdag 14/06 14.00 in de Goede Herder.**

Ik wil graag de AED cursus volgen vrijdag 14 juni om 14.00u in de Goede Herder om 14.00u.

Naam1 : _____ tel: _____ email: _____

Naam 2: _____ tel: _____ email: _____

Als bijdrage in de kosten maakt ik € 10.= over op de ING rekening van Senioren Gennep. NL35 RABO 0140 6022 83 onder vermelding van "AED". U kunt zich tot 21 mei opgeven.

Samen eten: Aspergesdiner bij de Old Inn op 4 of 5 juni 17.30u

Aanmeldstrook voor de aspergemaaltijd bij de Old Inn op 4 of 5 juni aanstaande. (consumpties voor eigen rekening)

Naam1 : _____ tel: _____ email: _____

Naam2 : _____ tel: _____ email: _____

wil graag deelnemen aan deze maaltijd op di 4 juni of woe 5 juni (vink uw voorkeursdatum aan)

Ik heb **wel** / **geen** bezwaar mocht het nodig zijn van dag te wisselen. (omcirkel) Maak s.v.p. het bedrag € 29,50 over op de bankrek. van Senioren Gennep ovv asperges (bankrekening NL35 RABO 0140 6022 83)

Jaarreis Amersfoort di 25 juni 2024. (herhaling)

Neemt graag deel aan de Jaarreis naar Amersfoort op dinsdag 25 juni om 12.30u. Deelname: 57.50 euro p.p. Inschrijven kan via dit strookje of via onze website. Uw aanmelding moet uiterlijk 30 mei binnen zijn. Uw keuze graag duidelijk aanvinken! (NB. Deze reis wordt uitsluitend aan Senioren Gennep aangeboden)

datum invullen: _____

Naam _____ Adres: _____ tel. _____

Kiest: geen middagact. €57,50; a) deelname stadswandeling +€16,50 b) Hop-on/hop-off bus +€7,50

Het basisbedrag dat u dient over te maken is €57,70 p.p.. Wilt u ook deelnemen aan de (A) stadswandeling maakt u €74,= over; wilt u gebruikmaken van de (B) hop-on/hop-off bus betaalt u € 65.=. U kunt het formulier ook digitaal invullen op onze senioren Gennep website: www.seniorengennep.nl/activiteiten. Bedrag overmaken aan Senioren Gennep onder o.v.v. Amersfoort (evt +A of +B) (Bankrekn. NL35 RABO 0140 6022 83)

Pinksterbrunch ma 20/5 12.30u grote zaal Goede Herder (zaal open 12.00u) (Herhaling)

Neemt graag deel aan de brunch op 20 mei om 12.30u. De deelname kost: €18,50 p.p. Bedrag overmaken aan Senioren Gennep. Digitaal aanmelden kan ook via de website onder activiteiten. Aanmelden kan tot 10 mei

Naam1 : _____ tel: _____ email: _____

Naam1 : _____ tel: _____ email: _____

Bankrekeningnr. NL35 RABO 0140 6022 83 t.n.v. Senioren Gennep o.v.v. Pinksteren