

Senioren Limburg

Editie Midden-Limburg | Nummer **3** oktober 2021

Gé Reinders

‘Liedjes als levenselixer’

KBO Beek

‘Senior van nu autonomer en ondernemend’

Matheu Bemelmans

‘We vieren 100 jaar pelgrim’



sterk in
kbo limburg



BOSVELD TRAPLIFTEN

De slimme traplift die gezien mag worden!

- ✓ Trapliften voor elke trap
- ✓ Levenslange garantie zonder extra kosten
- ✓ Levering mogelijk binnen 2 dagen

ACTIE
GELDIG T/M
31-11-2021

**LEEFTIJD
KORTING**
SPECIAAL VOOR
KBO LEDEN

Ontvang € 10,- korting per levensjaar.

Bereken de prijs voor uw
traplift inclusief de leeftijdskorting op:

www.bosveldtrapliften.nl/kbo

of bel

085 130 27 41



Contact / Colofon

Senioren Limburg

Uitgever

Romeo Delta Multimedia BV
(0544) 35 22 35
www.romeodelta.nl
info@romeodelta.nl

Informeer naar de
advertentiemogelijkheden in de
volgende uitgaven van Senioren
Limburg.

Vormgeving Romeo Delta
Acquisitie en coördinatie
René Doppen en Daniël Schmitz.

Redactie

Ben Ubachs, Leo Thomas,
Nico Beckers, Hans Hollanders
en Joan Raaijmakers
(eindredacteur).

Fotografie

Huub Corstjens, Pim Ermers,
Nico Beckers, Huis voor de
Pelgrim, Joan Raaijmakers.

Redactie adres

KBO Limburg
Postbus 960 6040 AZ
Roermond 0475 381740
info@kbolimburg.nl

Deze uitgave is
mede mogelijk
gemaakt door de
provincie Limburg.



Samen op jacht naar de jonge senior!

Jonge senioren, groeiend in aantal, op weg naar een welverdiend pensioen en vol plannen om iets van dat pensioen te maken. En dan niet alleen mooie reizen en veel genieten, maar toch ook de behoefte, om te zien naar elkaar. Eigenlijk een heel goede match met wat menig KBO-afdeling te bieden heeft. Maar... hoe halen we die jonge senior binnen in onze vereniging? Dat lukt alleen als we dat samen doen! Heel gericht met online campagnes, maar ook via de afdelingen en de inzet van wat traditionelere middelen. Kortom we gaan samen op jacht naar de jonge senior! U leest er meer over in deze derde Senioren Limburg van dit jaar.

Op de cover prijkt Gé Reinders. Een mooi voorbeeld van de jonge senior die duidelijke keuzes heeft gemaakt van wat hij wel en niet (meer) wil. Met nog steeds zijn aansprekende liedjes als levenselixir. Het bestuur van KBO St. Jozef in Beek doet uit de doeken wat ze in Beek senioren allemaal te bieden hebben en wat hun filosofie daarachter is. Dat is dan weer een mooi voorbeeld van een actieve en vernieuwende KBO-afdeling. Een ander voorbeeld is KBO Roggel waar nieuwe buitensportactiviteiten worden aangeboden. Dat levert dan zomaar 13 nieuwe leden op!

In deze uitgave ook aandacht voor het 100-jarig bestaan van het Huis voor de Pelgrim, bekend van o.a. de reizen naar Lourdes waar 100 jaar geleden mee werd begonnen. Deze bijzondere reisorganisatie kruipt, net als wij allemaal, nu weer langzaam en vooral ook bedachtzaam uit de coronaschulp. Zoekend naar wat nu weer kan en wat beter nog even niet.

Tot slot hebben we nog digitaal nieuws. We praten jullie bij over de vorderingen van de prijswinnaars van de tablet-prijsvraag. In september mochten we bovendien 26 afdelingen begroeten voor de workshop website bouwen voor afdelingen. Petje af voor deze afdelingen die ook de digitale stap gaan wagen. Heel belangrijk als we samen op jacht willen naar de jonge senior. Vindbaarheid op internet is daarbij essentieel. En ook dat pakken we als KBO samen op!

Hans Hollanders
Directeur KBO Limburg



Inhoud

- 04 Coverstory Gé Reinders
- 08 KBO Beek
- 11 Afdelingen bouwen website
- 13 KBO Zeeland biedt reisje aan
- 12 Op jacht naar de jonge senior!
- 15 Buiten sporten in Roggel
- 16 100 jaar Huis voor de Pelgrim
- 19 Prijswinnaars tablets aan de slag





Gé Reinders

Liedjes als

Gé Reinders heeft lang genoeg de podia bestormd. De Limburgse troubadour en schrijver van prachtige liedjes als 'Blaosmuziek' heeft vorig jaar aan het begin van de corona-lockdown met pijn in het hart alle geplande optredens moeten afzeggen. Achteraf is hij daar blij om, want de nood blijkt een deugd te zijn. Deze maand werd hij 68 en wat minder druk op de ketel bevalt zowel hem als zijn vrouw Marjan prima. "Het is een heel rijk gevoel dat we nu de tijd hebben."

*'Er werd thuis
niet over de
oorlogsjaren gepraat.
Dat was te pijnlijk.'*

levenselixer

Actieve pensionado

Pensioentijd geeft ruimte voor leuke dingen. Het lukt de al ruim 60 jaar in Roermond wonende liedjesschrijver uitstekend om nieuwe impulsen te zoeken. Wekelijks is hij wel te vinden op de golfbaan. En in de hal van de monumentale woning in Voorstad Sint Jacob, de stromende Roer zowat op gehoorafstand, staan twee fietsen startklaar. Valhelmen aan het stuur want veiligheid voor alles. Marjan en Gé gaan na afloop van ons gesprek nog wat kilometers wegtrappen. Nieuwe impulsen betekenen allermist dat Gé Reinders de muzikale jas aan de kapstok hangt. Hij is druk met het schrijven van liedjes voor andere artiesten. Alleen stopt hij in principe met optreden, maar het muzikale hart blijft natuurlijk kloppen. In zijn buurt is altijd een instrument te vinden, en hij neemt naast pianoles ook les op de basgitaar. "Heerlijk om te doen," aldus de actieve pensionado.

Stevige karakters

Reinders is een kwieke ochtendmens. Al om 6 uur stapt hij -met het goede been- uit bed. "Het eerste wat ik dan doe is toonladders op de piano oefenen en om kwart over 7 dek ik de tafel. Samen met Marjan ontbijten, de krant lezen en met zijn tweeën cryptogrammen oplossen. Geweldig leuk, en daarna speel ik weer piano tot een uur of 10. Elke middag ga ik even slapen. Dat doe ik al 30 jaar. Toon Hermans deed dat trouwens ook." Met Toon Hermans heeft Gé Reinders ruim vier jaar intensief samengewerkt. Hij had de eindverantwoordelijkheid voor zowel Toons cd-opnames als het geluid bij tv-registraties van de onemanshows. Een vruchtbare kruisbestuiving voor beiden, maar ook twee stevige karakters met een eigen wil: "Toon was zó innemend dat je moest opletten je eigen standpunt niet uit het oog te verliezen. Anders was je de zak. Het laatste optreden dat Toon voor zijn overlijden heeft gezien was een optreden van onze band. Zijn enthousiasme toen, doet me nog altijd goed. Dat was te gek."

De 'Pruse' betalen

Gé Reinders is een vriendelijke en vrolijke man. De lach zit vlak onder de opper-

vlakte. Hij verstaat de kunst het geluk te vangen in de kleine momenten. De twee engelenbeelden in zijn sfeervolle ommuurde stadstuin helpen daarbij misschien een handje. Maar er is ook een keerzijde. Vaak hebben zijn mooiste liedjes een melancholische ondertoon en ze dragen soms sporen van verdriet. "Ik vind het fijn om bij het schrijven de diepte in te gaan, weg van de oppervlakte. Maar in mijn teksten kan ik me als het moet ook erg kwaad maken," zegt hij erover. In het aangrijpende lied "Mien moder in 45" beschrijft hij de thuiskomst van zijn moeder nadat zij de hel van de kampen Dachau en Ravensbrück heeft overleefd. "n Flinkke magere vrouw in ein boevepak" zingt Reinders half-omfloerst, "ze wilt zo gaer nao hoes".

Reinders is in 1953 geboren, en heeft nog een oudere broer en zus. "Er werd thuis niet over de oorlogsjaren gepraat. Dat was te pijnlijk. Op het gymnasium vond ik het afschuwelijk wanneer het onderwerp ter sprake kwam. De toespraak die ik, als zoon van een Dachauwoner, in 2013 bij het Dachau-monument in Amsterdam mocht houden, werkte voor mij als een



bevrijding. Maar 'het' is er altijd, als de fantoompijn van een geamputeerd been dat jezelf nooit hebt gehad."

Gé Reinders is naast musicus een vindingrijke woordkunstenaar en schreef een ontroerend boekje over haar verzetsverleden en de nasleep daarvan: Het zakdoekje. "Moeder wilde uit principe geen verzetsuitkering van de Nederlandse

'In deze coronatijd is het gebruik van de Liedjeskast met zo'n 600% gestegen.'

overheid. Toen de Duitse regering in 1963 haar een uitkering gaf, vond ze dat oké. De 'Pruse' mochten gerust betalen!"

De Liedjeskast

Halverwege de gang naar de tuinkamer bengelt uitnodigend een schommel. Je kunt er niet omheen want het kind in ons moet wakker blijven. "Toon heeft hierop nog geschommeld en ook ons eigen, inmiddels volwassen, kind maakt af en toe nog een zwiep," lacht Gé. Speelsheid, creativiteit en maatschappelijke betrokkenheid zijn kenmerkend voor Gé en zijn vrouw Marjan. Zij heeft, met haar jarenlange ervaring als taaldocent bij Gilde Opleidingen, het taalprogramma 'de Liedjeskast' bedacht. Veel leerlingen in het primaire en voortgezet onderwijs, alsook bij volwasseneducatie op latere leeftijd, hebben

er baat bij om met speelse melodietjes taalproblemen aan te pakken. Muziek opent soms onverwacht de weg.

Gé Reinders legde het muzikale fundament voor de Liedjeskast, een uitdaging waarin hij zich met overgave heeft vastgebeten. Marjan en Gé hebben
Lees verder op pagina 7

10% korting op het montuur bij aankoop van een bril.*

*Niet in combinatie met andere acties.



www.mijlingoptiek.nl

VENRAY | Passage 5 5801 BR | t: 0478-58 34 40

www.briljantoptiek.nl

BOXMEER | Steenstraat 84 5831 JH | t: 0485-57 14 00

CUIJK | Grotestraat 19 5431 DG | t: 0485-31 66 31

GENNEP | Zandstraat 88 6591 DE | t: 0485-51 22 76

EXTRA

BOODSCHAPPEN DIENST:

- ✓ Kant en klaar maaltijden
- ✓ Gratis gekoeld thuisbezorgd
- ✓ Geen verplichtingen



WWW.ALLE-SMAKEN.NL

0475-744070

045-5284012



VAN LIER
POSTHUMUS
NOTARISSEN

Rijksweg Zuid 17
6071 HT Swalmen

T (0475) 503 700

E info@vlpnotarissen.nl

www.vlpnotarissen.nl

Esther te Veldhuis

Joyce Martens-Posthumus



GRATIS TAXATIE

INKOOP VAN GOUD, ZILVER EN MUNTEN

G **goudwisselkantoor**
Roermond

www.goudwisselkantoor.nl

Willem II singel 90 • **T** 0475 - 74 69 00

Vervolg artikel Gé Reinders

ontelbare uren in de voorbereiding gestoken. Het werd uiteindelijk een landelijke hit waaraan zangers en cabaretiers als Guus Meeuwis, Bennie Jolink, Brigitte Kaandorp en Bert Visscher (willekeurige, onvolledige opsomming) graag meewerkten. "In deze coronatijd is het gebruik van de Liedjeskast met zo'n 600% gestegen. Gewoonweg ongehoorlijk." Het voor iedereen toegankelijk

maken van de Nederlandse taal ligt het Roermondse echtpaar na aan het hart en dit succes is een heerlijke kers op de taart.

Geen zorgen over later

Oud worden is voor de muzikale duizendpoot geen issue. "Daarover maak ik me geen zorgen. Ik sport veel en het voornaamste is dat ik niks meer hóef.

Bovendien let ik op met alcohol. Drie dagen per week drink ik nog wel een glaasje; dat ben ik aan mijn stand als gediplomeerd vinoloog wel verplicht." En over het langzame vergeten, het wegglijdend geheugen in de allerlaatste jaren, schreef hij eerder in het treffend lied 'As ich miene kop nimmeer de baas': "As veur lang genóg blieve laeve, gebeurt 't ós allemaol."



foto Wim Bongaerts

Nemes óntsijnapt aan de dood

*'De katholieke Joónkvrouwe
Josephine trouwde mit 'n
ajere en onnag protestantse militair
Binne häör familie en zelfs hie
in de sjtad zoge ze det
neet gaer
Nao 38 jaor ging hae dood en
waerde begrave aan de
Hervormde kantj
Maar Josephine had 't good bedach:
Wie zu ging, loog ze naeve 'm
en euver de moer guf ze
hem noe nág häör handj.*

*Nemes óntsijnapt aan de dood
Neet de sjlumste vrouw
Neet de grootste malloot
Neet de sjiekste freule
Neet de allerermste kloot
Nemes óntsijnapt aan de dood.*

*'n Lang laeve is natuurlijk
'n hele gunst
Maar, as ich hie óm mich haer
kiek, is aafsied in vrede
dan neet de grootste kunst?'*

De jonkvrouw en de militair

De vroegere haat en nijd tussen katholieken en protestanten kende treurige bijverschijnselen. Zelfs na de dood ging de strijd door.

Op het oude kerkhof in Roermond ligt een adellijke dame begraven, die tegen de wil van de familie was getrouwd met een protestantse militair. Na een huwelijk van 38 jaar overleed hij en kreeg een graf op het protestantse deel. Toen de freule stierf, werd zij begraven op het katholieke deel, aan de andere kant van de muur die de religies op de begraafplaats scheidt. Maar over de muur heen reiken de geliefden elkaar, letterlijk en voor eeuwig, in steen de hand. 'Het graf met de handjes' staat symbool voor onvoorwaardelijke liefde over alle grenzen heen. Gé Reinders vertelt het verhaal in zijn lied 'Nemes óntsijnapt aan de dood'. Hij schreef het bij gelegenheid van het 25-jarig bestaan van de Stichting het Oude Kerkhof.

'Niet pampieren maar juist kennis bieden om zelfstand

Sport, Spel en (Ont-)Spanning zijn de drie pijlers waar KBO/Seniorenvereniging St. Jozef Beek op rust. Zo omschrijven de bestuursleden Jan Raes, Vic Sturmans en Wiel Ubaghs de activiteiten van hun vereniging. Maar daar blijft het niet bij, want een dergelijke samenvatting schiet tekort. "Ik zou nog een vierde 'S' willen toevoegen," vertelt Jan Raes, "die staat voor 'Scholing': een scala aan trainingen op het educatieve vlak. Van lezingen tot cultuur en conversatie in een andere taal."

KBO/Seniorenvereniging St. Jozef Beek is een vereniging met een traditiek rijk verleden. Een voormalige basisschool biedt onderdak. Een trefcentrum met meerdere lokalen, waar activiteiten worden aangeboden die wekelijks terugkomen. De vereniging telt 640 leden, van wie de oudste 103 jaar oud is. De vereniging is niet alleen de grootste van Beek, maar ook landelijk en in Limburg een van de grotere KBO-afdelingen.

60 jaar van verandering

In 2020 bestond de Beekse seniorenvereniging 60 jaar. In die tijdperiode is er altijd sprake geweest van een wisselend aanbod van activiteiten. Goede, maar ook minder goede ideeën kwamen voorbij. Sommige tijdsgebonden, waardoor ze na een aantal jaren hun aantrekkingskracht verloren. Ook 60 jaar waarin de maatschappij gestaag veranderde. En dat levert een nieuwe 'senior' op, met andere inte-

resses. Een senior, die autonoom is geworden en meer is gaan ondernemen. Voor een KBO-vereniging betekent dat doelstellingen aanpassen, meedelen, moderniseren en inspelen op nieuwe behoeftes, die een veranderende maatschappij met zich meebrengt. Kortom: rekening houden met de wensen van een vergrijzende babyboomgeneratie.

Samen zijn en samen doen

KBO St. Jozef wil bijvoorbeeld inspelen op de signalen van toenemende eenzaamheid. Maar ook, en zeker niet minder belangrijk, inspelen op de behoefte van de 'jonge oudere'. "Veel 'verse pensionado's' moeten omschakelen, een nieuw evenwicht vinden na een arbeidzaam leven. Als bestuur willen wij deze lokale senior aansporen niet

'Vertrouwdheid met internet leidt tot grotere autonomie van senioren.'



ig te blijven'

*'Samen zijn,
samen doen
is een verrijking
van het leven.'*

te lang te wachten en nu ook al actief mee te gaan draaien in het verenigingsleven. Samen zijn, samen doen is immers een verrijking van het leven. We willen onze leden niet 'pamperen', maar met educatieve vorming ondersteunen bij het opdoen van kennis in een zich snel ontwikkelende maatschappij. Zelfstandiger worden en blijven." De nadruk ligt op het toevoegen van kwaliteit. Een van die uitdagingen is ouderen wegwijs maken in de digitale wereld. Het bestuur noemt dit met respect 'tabletondersteuning'. "Via het Computer Doe en Leercentrum bieden we cursussen voor en ondersteuning bij het omgaan met computer en smartphone. Vertrouwdheid met internet leidt immers tot grotere autonomie van senioren. En wie had zestig jaar geleden gedacht, dat er een behoefte zou ontstaan aan anderstalige conversatie. De senior, die steeds reislustiger is geworden, wil ook graag een woordje meepraten in het buitenland."

Verenigingspasje 'Beek samen'

De Beekse senioren overleggen veelvuldig en breed binnen de gemeente. Naast overleg met B&W zijn contact en bestuurlijk dialoog met andere verenigingen van groot belang. Bijzonder is de ontwikkeling van één verenigingspasje in Beek, onder de noemer: 'Beek Samen'. Een soort passe-partout waarmee leden activiteiten kunnen bijwonen van andere verenigingen. Bijvoorbeeld een lezing of presentatie, soms tegen betaling van een gereduceerd tarief.

"Het bestuur", zo vertelt Jan Raes, "prijst zich rijk met de vele vrijwilligers die zich inzetten voor de vereniging. Eigenlijk is onze taak alleen sturend. Met de inzet van een grote groep vrijwilligers, allemaal met een eigen taak, kunnen we een prachtprogramma aanbieden. Denk daarbij aan bewegingsactiviteiten, ontspanning, kunst en cultuurlezingen. Daarnaast willen we, in het kader van de Ouderen Academie, samen gaan koken." De vereniging heeft ook een uitgebreide educatieve boekencollectie, waar onbeperkt gebruik van kan worden gemaakt. En wat het reizen



betreft: er is een meerdaagse reis in het jaarprogramma opgenomen. Het zestigjarig jubileum is door corona-perikelen een jaar uitgesteld. In de eerste week van september zijn er extra activiteiten: een wandelvierdaagse, lezingen, de open Beekse kampioenschappen bridge, feestavond met band en een afsluitende feestzondag, beginnend met een eucharistieviering,

gevolgd door een gezamenlijke brunch. Natuurlijk biedt KBO/Seniorenvereniging Beek haar leden ook de kernactiviteiten van de Unie KBO en KBO Limburg, zoals belangenbehartiging, ouderenadviseur, belastingadviseur, juristentelefoon en klussendienst. En uiteraard het landelijke ledenmagazine KBO PCOB en vier keer per jaar Senioren Limburg.

Beleidsplan 2021-2024

KBO wil verjongen, vernieuwen, versterken en verbinden

De afdelingen zijn het hart en de kracht van de KBO. De vooruitgeschoven posten die ervoor zorgen dat de KBO zich heeft vertakt tot in de haarvaten van de samenleving. Voor veel afdelingen is het ingewikkeld nieuwe bestuursleden te vinden. Daarom gaan we de komende vier jaar een vernieuwingsslag maken binnen onze eigen organisatie. Kijken hoe we afdelingen kunnen versterken en vernieuwen en aantrekkelijker maken voor de jonge senior. KBO/seniorenvereniging St. Jozef in Beek is een mooi voorbeeld van een vernieuwende afdelingen met veel aandacht voor de jonge senior!

**Wordt u ook liever thuis verzorgd?
Schakel dan nu uw complete
thuiszorgorganisatie in!**



Kijk voor meer informatie op onze website,
of bel naar: **Zorg Groep Beek**
tel. 046 - 26 00 113 | www.zorggroep-beek.nl



BOOTS
Healthcare

Van bad naar inloopbad of inloopdouche?
Wij verzorgen het voor u! In 1 á 2 dagen.

Ook voor eenvoudige beugels en zijjes

P. Schreursweg 46
6081 NX Haelen
tel. 0475-593096
info@bootshaelen.nl
www.bootshaelen.nl

Nederlandse Vereniging van Rugpatiënten 'de Wervelkolom'

Problemen aan de wervelkolom behoren tot de meest voorkomende aandoeningen in de westerse wereld.

Dit kan van grote invloed zijn op uw leven, denk alleen maar aan het ontbreken van veel mensen met rug of nekklachten mee te maken krijgen.

NVVR 'de Wervelkolom' is een patiëntenvereniging welke zich inzet om de belangen te behartigen voor mensen met wervelkolomproblemen. Ondermeer door het geven van voorlichting, door inloopuren in ziekenhuizen etc.

De NVVR is regelmatig aanwezig op diverse locaties door het land waar u in gesprek kunt komen met een ervaringsdeskundige vrijwilliger.

Zie hiervoor de agenda op onze website: <https://www.ruginfo.nl/agenda-inloop.asp>

Tevens kunt u zich hier aanmelden als lid en wellicht ook als vrijwilliger.

Voor informatie of aanmelden als lid

bezoek onze website: www.ruginfo.nl

of stuur een email naar: info@nvvr.nl

of bel: 088-0707300

bezoek stand

nvvr
Nederlandse Vereniging van Rugpatiënten 'de Wervelkolom'

Meer dan een steuntje in de rug!



herbergier
bijzonder gewoon

Warm en liefdevol thuis voor mensen met geheugenproblemen

Locatie Grathem
Info: www.herbergier.nl/grathem
Saskia Beck & Jeroen van Sommeren
06-23835318

Locatie Heythuysen
Info: www.herbergier.nl/heythuysen
Carla Posthumus & Wim Klaessen
06-81351602

Website voor elke afdeling in zicht

Alle afdelingen digitaal zichtbaar en vindbaar



*Maar liefst
26 afdelingen
schreven zich in
voor de praktische
workshops website
bouwen*

Internet is niet meer weg te denken. Niet voor jong, ook niet voor oud. Wel moeten we aan de digitale wereld soms even wennen. Maar het gemak waarmee we informatie kunnen verspreiden of binnenhalen, is verbluffend. Ook afdelingen kunnen daarmee hun voordeel doen. KBO Limburg is bij de tijd en geeft graag alle afdelingen desgevraagd praktische ondersteuning om het gebruik van internet te vergemakkelijken. Speerpunt is het maken van een eigen website om online goed zichtbaar en vindbaar te zijn. En vooral ook te blijven.

Al aan het begin van vorig jaar, kort voor de corona-uitbraak, gaven liefst 50 afdelingen acte de présence tijdens twee informatiemiddagen in congrescentrum Forum te Roermond. Daar onderstreepte KBO Limburg voor de verzamelde bestuurders het belang van een eigen afdelings-website en de toepassing van social media. Uitgangspunt van dit provinciale KBO-initiatief is om professionele ondersteuning te geven en lastige hobbels op de digitale weg voor de afdelingen weg te nemen met een structuur die continuïteit waarborgt. Die structuur is zowel geschikt voor kleine als grote afdelingen en kent verschillende mogelijkheden. Afdelingen kunnen instappen en hun eigen tijdspad bepalen. Wel zo prettig.

Workshops eindelijk van start

De bedoeling was om in 2020 snel te beginnen met workshops website bouwen voor geïnteresseerde afdelingen. Corona gooide echter langdurig roet in het eten. Begin september dit jaar kon er eindelijk worden gestart. Maar liefst 26 afdelingen schreven zich in voor deze praktische workshops. Met een ochtend stevig doorwerken wordt daarin de basis gelegd voor een eigen website. Het voorwerk is dan al deels gedaan door websitebouwer Thomas Bogaarts van Europe Webmedia die ook tekende voor de website van KBO Limburg. De structuur van die site is als basis gebruikt om de afdelingen tegen een zeer acceptabele jaarlijkse bijdrage toegang te geven tot een eigen,

moderne website. Groot voordeel van deze opzet is dat onderhoud van de software up-to-date blijft en dat de continuïteit van de website een veel breder draagvlak krijgt.

Eyecatcher

Belangrijk is dat de plaatselijke leden vlot en op een eigentijdse wijze, naast de bestaande kanalen, worden benaderd. Bovendien wordt de grote doelgroep van 55-plussers bereikt op een wijze die hen aanspreekt. Een frisse website is een eyecatcher die hen over de drempel van het lidmaatschap kan helpen. Vanuit de wetenschap dat de overgrote meerderheid van de senioren al op een of andere manier met internet heeft kennisgemaakt, kan elke afdeling probleemloos de digitale weg betreden. Dat past ook perfect in het grote marketingplan waar KBO Limburg in het najaar mee start. Daarin zal veel online worden geadverteerd, om de jonge senior snel en effectief te kunnen bereiken.

En dan is het van groot belang dat zoveel mogelijk afdelingen digitaal zichtbaar en vindbaar zijn!

Jonge senioren, groeiend in aantal, op weg naar een welverdiend pensioen en vol plannen om iets van dat pensioen te maken. En dan niet alleen mooie reizen en veel genieten, maar toch ook de behoefte, om te zien naar elkaar. Een heel goede match met wat wij als KBO te bieden hebben. Toch is het een hele klus om die jonge senior ook daadwerkelijk binnen te halen. Daarom gaan we het nu stevig aanpakken. Met een gerichte marketingcampagne gaan we samen op jacht naar de jonge senior!

‘Samen op jacht naar de jonge senior!’



In de marketingcampagne vertellen een aantal jonge senioren hun verhaal. Jos bijvoorbeeld, hij is actief en betrokken, ondernemend en zelfstandig. Maar samen met partner Annie vraagt hij zich ook af waar ze over een jaar of tien wonen en leven, want wie komt er eigenlijk op voor hun belang? Het verhaal van Bert gaat over vrijwilligerswerk. Hoe goed dat dat voelt. Voor de mensen voor wie hij dat doet, maar zeker ook voor hemzelf! En dan Els, die houdt van voordeel en vindt dat bij de KBO volop en Vera is iemand die zich graag wil blijven ontwikkelen.

Deze senioren vertellen in een notendop wat de KBO allemaal te bieden heeft. We gaan ze in eerste instantie vooral online tegenkomen, bijvoorbeeld op Facebook waar we jonge senioren heel gericht kunnen bereiken. In januari, als ook KBO PCOB van start gaat met een grote

landelijke marketingcampagne, gaan we ook wat traditionelere middelen inzetten. Alles is gericht op het binnenhalen van nieuwe afdelingsleden, want de afdelingen zijn de kern van de KBO. De plek waar we elkaar ontmoeten en er voor elkaar willen zijn. Zo gaan we het doen. We nodigen al onze leden van harte uit om actief mee te doen. Samen op jacht naar de jonge senior!

KBO Zeeland steekt Limburgse senioren een hart onder de riem



Voorzitter Wim Jansen (links) en penningmeester Marijke Jongmans verkennen alvast de route voor het bezoek uit Limburg.

Half juli werd Limburg en zeker de omgeving van Valkenburg en Meerssen overvallen door het wassende water. De beelden van de kolkende Geul en de evacuatie van veel inwoners, waaronder de nodige kwetsbare ouderen, kwamen bij iedereen keihard binnen. Zo ook bij het provinciaal bestuur van KBO Zeeland. We ontvingen een hartelijke mail met de vraag wat zij zouden kunnen betekenen voor getroffen senioren.

TEKST JOAN RAAIJMAKERS
FOTO KBO ZEELAND

Op 22 juli ontving onze voorzitter Marcel Ballas de volgende mail van Wim Janssen, collega-voorzitter van KBO. *'De afschuwelijke gevolgen van de wateroverlast, de schade voor sommige mensen in Limburg en de opruimuitdaging zorgt voor veel publiciteit in de nationale pers. Dat stimuleert de betrokkenheid van veel Zeeuwen. Zo heb ik als voorzitter van de KBO Zeeland ook het verzoek ontvangen vanuit een KBO-afdeling om solidariteit te tonen en hulp aan te bieden. Deze houding waardeer ik zeer, maar ik vraag me af wat wij voor jullie KBO Limburg, eventueel kunnen betekenen?*

Overigens heb ik jaren in Noord-Limburg in de buurt van de Maas gewoond en weet uit ondervinding hoe dreigend een overstroomde Maas kan zijn!'

In eerste instantie was het plan om huisraad e.d. in te zamelen, maar dat bleek er al snel in meer dan voldoende mate te zijn. Daarom ontstond het plan om getroffen senioren in en rond Valkenburg en Meerssen een hart onder de riem te steken met een dagje uit. Dat idee viel ook bij KBO Zeeland in goede aarde. Daarop gingen de KBO-afdelingen Meerssen en Houthem St. Gerlach actief op zoek naar getroffen senioren, ook niet KBO-leden. Op 27 september is een bus vol Limburgse senioren naar Zeeland gereisd. Daar zijn ze ontvangen door KBO Zeeland met een volledig verzorgd bezoek aan Neeltje Jans en de Stormvloedkering van de Westerschelde. Bij het ter perse gaan van deze editie moest de reis nog worden gemaakt. Dus helaas kunnen we er geen foto's

van publiceren. Wel van het bestuur van KBO Zeeland dat begin september alvast polshoogte ging nemen bij Neeltje Jans. In de volgende editie van Senioren Limburg volgt een uitgebreid verslag van deze bijzondere reis.

KBO Limburg bedankt de Zeeuwen heel hartelijk voor deze sympathieke geste naar onze Limburgse senioren. Een prachtig voorbeeld van hoe wij als KBO-ers omzien naar elkaar!



Zoek je iemand die eenmalig iets voor jou kan betekenen?

Een klusje, een boodschap, hond uitlaten, omdat je het zelf even niet kan? Je kunt deze vraag nu gemakkelijk zelf plaatsen op Roermond voor elkaar: **Ik zoek iemand om...**

Ben jij die betrokken burger die best iets voor een ander wil betekenen, maar kost structureel vrijwilligerswerk net iets te veel tijd?

Dan kun je terecht op: **Ik wil helpen.**



Heb je vragen over het plaatsen van een oproep neem dan contact op met info@actiefroermond.nl of bel 0475-345135.

Meer informatie op www.actiefroermond.nl

Actief Roermond is onderdeel van Wel.kom



Stichting Wel.kom | Gerrit Verhoevenstraat 14 | ROERMOND
T 0475-34 51 35 | info@welkom.nu | www.welkom.nu

KBO Roggel en MBvO

55-plussers komen weer stevig in beweging!

Bewegen is voor iedereen goed. Werken aan de conditie, afschakelen van de dagelijkse beslommingen, even lekker (buiten) bezig zijn. Steeds meer mensen zien er het nut van in en beleven er bovendien veel plezier aan. Dat geldt beslist ook voor senioren! Het afgelopen anderhalf jaar heeft er heel veel stilgelegen, maar nu is er steeds meer mogelijk. Zowel buiten als straks ook binnen. KBO Roggel startte een nieuwe buitenactiviteit en dat leverde al zo'n 15 nieuwe leden op! En ook MBvO (Meer Bewegen voor Ouderen) biedt weer heel veel mogelijkheden om in beweging te komen!

Op donderdagmorgen zijn de terreinen van voetbalvereniging Roggel het domein van de KBO! Er wordt samen gewerkt aan een positieve gezondheid. Samen lekker buiten bewegen en ondertussen werken aan conditie, spierkracht, mobiliteit, coördinatie en evenwicht. Dat gebeurt onder de deskundige leiding van Simone Kantelberg. Zij verzorgt in Roggel al jaren de gymnastieklessen in het kader van MBvO. De voetbalclub stelt de terreinen en de kantine ter beschikking, zodat er na afloop ook samen koffie kan worden gedronken van het Huis voor de Sport en verantwoordelijk voor het MBvO. Ook de Open Club Roggel werkt mee aan dit initiatief.

In juni is deze nieuwe activiteit opgestart en na een zomerstop zijn de lessen in september weer opgepakt. "We gaan er het hele jaar mee door," vertelt secretaris Judith Peters-Geelen. "Voor nieuwe deelnemers zijn de eerste twee lessen gratis. Het sporten bestaat uit een mix van oefeningen met diverse hulpmiddelen en ook met balspel, alles in de buitenlucht. Iedereen kan meedoen, maar ze moeten wel lid zijn of worden van onze KBO. En dat werkt prima, we hebben hierdoor al zo'n 15 nieuwe leden mogen noteren!" Ook een gezonde ontwikkeling dus voor de afdeling!

MBvO weer van start

In september zijn ook alle lessen vanuit MBvO weer gestart. "De docenten hebben er zin in," vertelt Simone Geroni van het Huis voor de Sport en verantwoordelijk voor het MBvO. "Wel zien we dat nog niet alle senioren durven of kunnen komen. Corona heeft er flink ingehakt en ondanks de hoge vaccinatiegraad leeft er bij sommigen nog steeds angst. Toch is het heel belangrijk dat om weer te gaan bewegen. We zorgen bij alle lessen voor een veilige omgeving voor iedereen." In Eijsden-Margraten is het project Sociaal Vitaal van start gegaan. Samen met heel veel lokale partners is de groep 75+ benaderd om deel te nemen aan een fitheidstest, beweegprogramma en informatie over valpreventie, weerbaarheid en het leggen van (nieuwe) contacten.

Binnen de afdelingen van de KBO vinden heel veel beweegactiviteiten plaats. Alle 1100 beweeggroepen in Limburg zijn te vinden op www.MBvO.nl. Er is vast een activiteit in de buurt te vinden.



‘Het is niet alleen het wonder dat mensen zoeken’

Het is donderdag 2 juni 1921. Op het perron van Maastricht wachten 421 Limburgse pelgrims op de trein voor de eerste Lourdes reis van de stichting Organisatie Limburgse Bedevaarten. Sjang Maassen, de initiatiefnemer en organisator heet iedereen van harte welkom en geeft de laatste instructies. Dat is nu honderd jaar geleden.

Voor de Eerste Wereldoorlog gingen de Limburgse pelgrims, vanwege de eigen culturele gebondenheid met België, mee met de Belgische organisatie voor bedevaarten naar Lourdes. Na de Eerste Wereldoorlog vond men in België echter, dat het Limburgs wat te Duits klonk. Dat was verdacht en daarom behandelden zij de Limburgse pelgrims niet altijd even netjes. Daarop besloot Sjang Maassen te proberen toestemming te verkrijgen van de Roermondse Bisschop om met een eigen groep Limburgse pelgrims aan te sluiten bij de Nationale Bedevaart. Dat lukte aanvankelijk niet. Men wilde geen groep binnen de groep hebben. Toch heeft de bisschop uiteindelijk zijn toestemming gegeven.

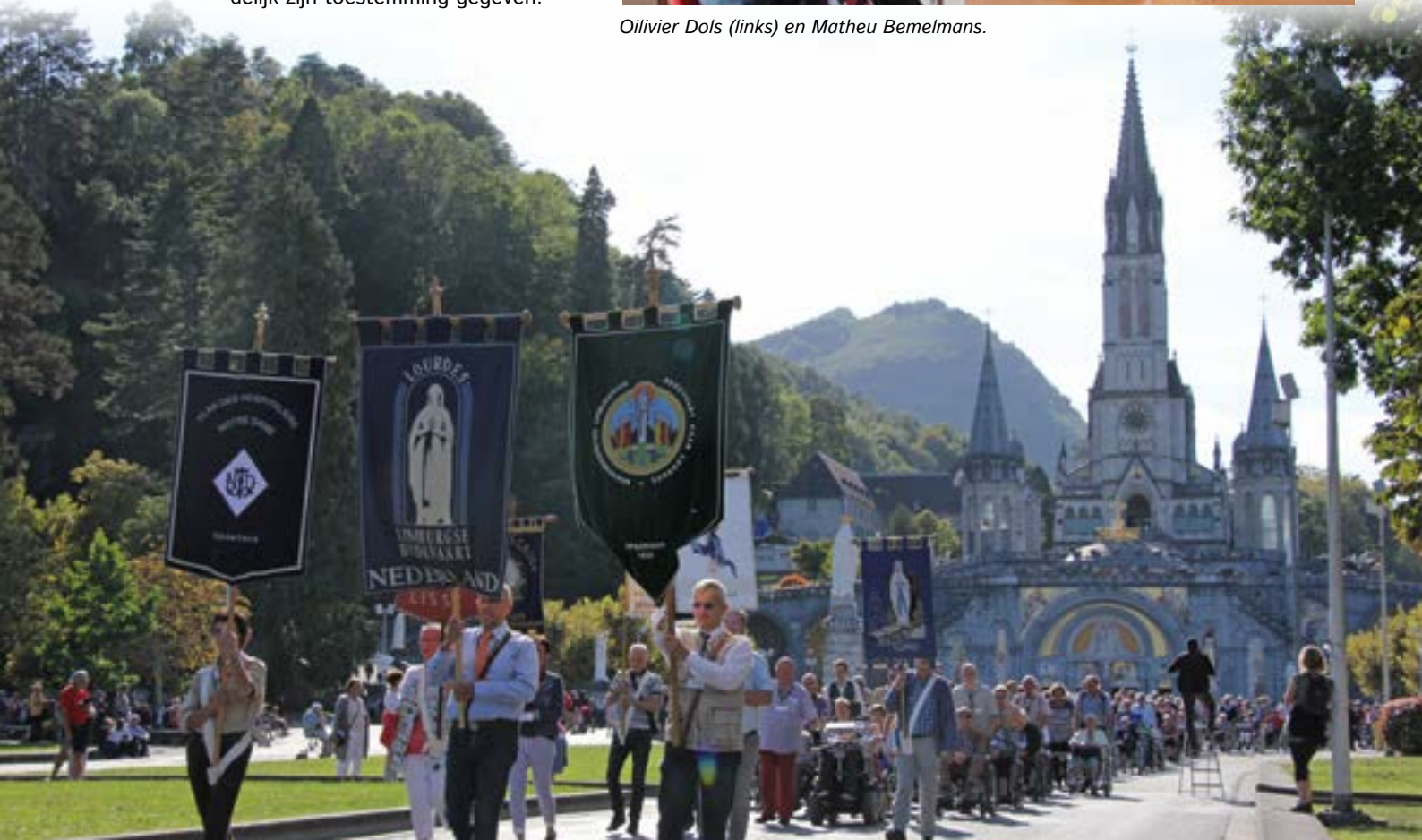
Kantelpunt

In het huis voor de Pelgrims in Heer kijken Matheu Bemelmans en directeur Olivier Dols terug naar het verleden en blikken vooruit in de toekomst. “Gedurende 80 jaar zijn we alleen maar naar Lourdes gegaan. Begonnen met één trein, daarna twee en tenslotte

drie. Daar zijn bussen bijgekomen en vliegtuigen. De helft van de deelnemers kwam uit Limburg en de andere helft van elders. Daarom hebben we de naam van Limburgse bedevaart veranderd in het Huis voor de Pelgrim. Met de eerste bedevaarten gingen 400 pelgrims mee. In 2008 is dat opgelopen naar 5.000 pelgrims. Nu zitten we op een kantelpunt. Gaat het, mede door de stop tijdens corona, meer worden of niet? De interesse voor Lourdes neemt wat af ten gunste van Israël, Compostella, Rome, of Fatima.”



Olivier Dols (links) en Matheu Bemelmans.





Activiteiten

100-jarig bestaan Huis voor de Pelgrim

November

Symposium over de toekomst van de katholieke bedevaart.

Oktober

Maand van de pelgrim.

Samen met het klooster Wittem. Allerlei activiteiten rondom de diverse pelgrimages.

November

Grote bijeenkomst voor vrijwilligers en oud vrijwilligers in Maastricht.

Viering in de Onze Lieve Vrouwe basiliek, waarna samenkost vrijwilligers en oud-vrijwilligers in de St. Jan.

Grote bedevaarten zijn nog niet mogelijk. Wel komt er een aangepaste gezinsbedevaart.

Kijk voor actuele informatie op www.huisvoordepelgrim.nl

een pelgrimstocht ondernemen, is een bijzondere manier van verdieping in het eigen geloof of de eigen spiritualiteit. De belangstelling zal zeker toenemen. In de coronatijd zijn mensen tot bezinning gekomen en beseffen de betrekkelijkheid en de niet maakbaarheid van het leven."

Bezinning

"Het is niet alleen het wonder dat mensen zoeken. Er gaan veel mensen mee die gewoon gezond zijn. Het is bezinning. Een plek waar je tot je geloof kunt komen of geloof kunt beleven. Mensen zijn nuchter genoeg om te weten dat als ze doodziek zijn, ze niet gezond terugkomen. Je gaat mee om krachtige steun te zoeken in je eigen leven. Of om dankbaarheid te uiten. Mensen die naar Israël gaan zijn veelal geïnteresseerd in de brede Bijbelse geschiedenis. In Lourdes hebben we alle mogelijkheden om gehandicapten mee te nemen en te verzorgen. Dat is bij andere reizen veel moeilijker. Ook al gaan veel jongeren

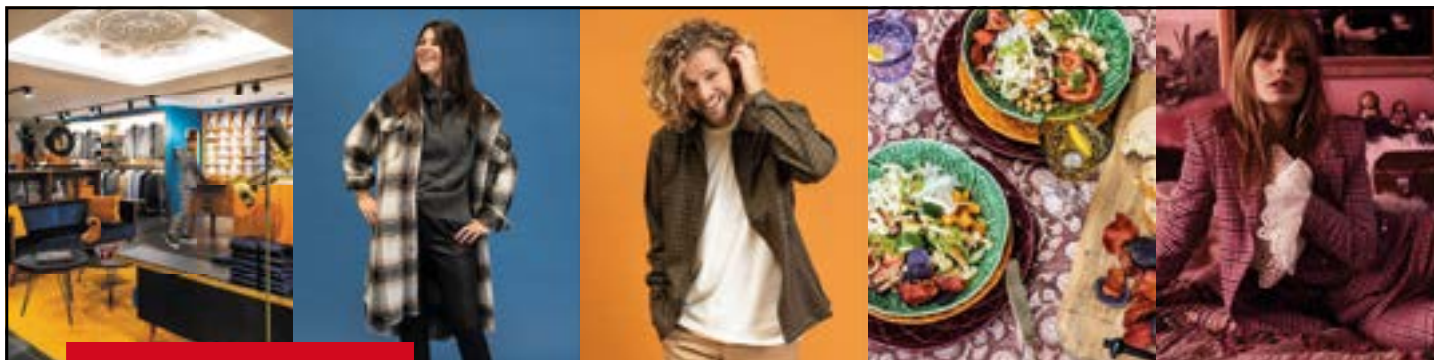
mee, gemiddeld genomen is de leeftijd toch hoog. Een deel van de deelnemers is vrijwilliger en helpen bij diverse taken. Ze zijn deelnemer en pelgrim tegelijk. Daarom kiezen vrijwilligers bewust voor Lourdes. Onze vrijwilligers putten kracht uit Lourdes door anderen te helpen."

Bijzondere beleving

"Het is moeilijk aan te geven wat Lourdes voor mensen betekent," vertelt Olivier Dols. "De beste manier om dat te weten te komen, is meegaan, het zelf beleven. Op bedevaart gaan is een heel bijzondere beleving. Ook voor mensen, die niet elke zondag naar de kerk gaan. Een keer in de zoveel tijd

100 jaar

Matheu Bemelmans vertelt over het 100-jarig bestaan van de pelgrimages. "In Juni 2021 zouden we dit bijzondere jubileum vieren. Maar de activiteiten moesten vanwege de corona maatregelen worden afgelast en zijn doorgeschoven naar november. Samen met Wittem vieren we in oktober wel de maand van de pelgrim." Hij wil ook nog een belangrijke tip meegeven: "Mensen, die bij CZ verzekerd zijn, kunnen onder bepaalde voorwaarden een flinke korting krijgen op de deelnameprijs van onze pelgrimsreizen. We hopen dus dat we in 2022 weer veel pelgrims zullen ontmoeten."



JANSEN-NOY

GUIDES IN FASHION

In kleding die bij je past, ben je op je mooist! Jansen-Noy heeft mode voor het hele gezin in elke stijl. Met maar liefst 4500 m² kleding, schoenen, lingerie, accessoires, lekker eten & drinken én eindeloos veel inspiratie. Benieuwd? Kom gauw langs in Sevenum!

- ☐ **Gratis parkeren** voor de deur
- ☐ Meer dan **300 topmerken**
- ☐ **Van Arendonk Schoenen** store
- ☐ Persoonlijke en professionele **service**
- ☐ Grand Café **Juffrouw Jansen**

Voor meer info: **WWW.JANSEN-NOY.NL**
Pastoor Vullingsplein 20 | Sevenum



**OPEN
ZONDAGEN**

*19 & 26 september en
3, 10, 17 & 24 oktober*

Geopend van
12.00 - 17.00 uur

Winkelen, ontdekken, genieten, eten & drinken in Sevenum

apetito

Met zorg bereid.

Speciaal voor u

Probeer nu 5 maaltijden voor slechts € 19,95!

Ook
natriumarm,
vegetarisch of
glutenvrij.

Wat uw woon- of eetsituatie ook is: bij apetito willen we u culinair verrassen. Laten genieten van gemak... met onze keuze uit 150 vriesverse maaltijden! 5 van deze maaltijden kunt u nu proberen in een proefpakket voor slechts €19,95.

Bestel en geniet van:

- Nasi goreng met kipsaté
- Macaronischotel
- Runderlapje in jus met bloemkool en aardappelpuree
- Runderhachee met rode kool en aardappelen
- Grootmoeders kippannetje: kippenpoot met groenten en gebakken aardappelen

Gratis aan huis bezorgd en zonder verdere verplichtingen.

Eet u liever natriumarm, vegetarisch of glutenvrij? Ook dat kan.

Ga naar apetito-shop.nl/proefpakket of bel 0800 - 023 29 75 (gratis) en maak uw keuze. **Leden van KBO-PCOB krijgen 10% korting op alle vervolgbestellingen.** Vermeld bij de bestelling actiecode **202-KBOPCOB1021**.

Deze actie is enkel voor nieuwe klanten en geldig t/m 31 december 2021.
Kijk voor de overige voorwaarden op apetito-shop.nl/proefpakket

www.apetito-shop.nl



Allemaal digitaal

iPad-prijswinnaars zetten eerste digitale stappen

In onze maatschappij is steeds meer digitaal georganiseerd. Om echt mee te kunnen doen, ontkom je er bijna niet aan om de digitale snelweg op te gaan. Dat geldt ook voor senioren. Daarom organiseerde KBO Limburg een prijsvraag waarbij een refurbished iPad kon worden gewonnen, beschikbaar gesteld door KBO PCOB. Onze prijswinnaars zetten inmiddels hun eerste digitale stappen.

Op de foto's op deze pagina zien we mevrouw Marie-José Adriaens-Gommans uit Maastricht. Met de iPad wil ze graag foto's kijken en ook leren om te beeldbellen. Best moeilijk als je slechtziend bent. Maar met de iPad wil ze het graag proberen. Hulp krijgt ze van haar kleindochter. Samen lukte het al snel om een foto te maken. Daarmee is het begin gemaakt! We zijn voor haar nog op zoek naar een tabletcoach die ervaring heeft met slechtziendheid. Dat is immers een extra uitdaging. Des te knapper dat mevrouw Adriaens de stap met de iPad wil wagen!

Tabletcoach Niek Huigsloot helpt mevrouw Leonie Schierbeek-van Lin op weg met haar iPad. Ze kan inmiddels digitaal bridgen en ook het mailen met haar familie wordt stap-voor-stap opgepakt. Het contact onderhouden met haar familie moet daardoor eenvoudiger worden. En dat is ook wat ze graag wil.

Appen

Wies Peters uit Venlo lukt het inmiddels om via de iPad een appje te versturen, bijvoorbeeld naar haar tabletcoach Bep Beurskens. Daar blijkt ze al aardig handig in te zijn.



Het lukt haar nu ook om zaken op te zoeken op internet. En voor haar kleinkinderen is het leuk dat ze nu bij oma een spelletje kunnen doen op

de iPad. Zo worden er samen digitale stappen gezet. Toos Holtus in Nuth heeft Frits Janssen als tabletcoach. Hij helpt haar nu eerst op weg met de aansluiting van de Wifi en heeft haar ook alvast een boek gegeven waarin ze het nodige kan lezen over de iPad. Zodra de internetaansluiting geregeld is, gaan ze samen aan de slag. Ook zij wil graag mailen en beeldbellen met haar kinderen, o.a. met haar zoon in Amerika. Met de iPad moet dat zeker lukken. Daarnaast wil ze op internet op zoek naar informatie over de ziekte van haar man. Samen met haar tabletcoach gaat dat vast en zeker lukken!

Lid van Groene Kruis Ledenorganisatie?

Dan profiteert u van korting op diensten of activiteiten en adviseren we u graag!

ZORG EN ADVIES

Gratis hulpmiddelen lenen

Heeft u een tijdelijk hulpmiddel nodig? Voor onze leden is de huur van loophulpmiddelen zoals krukken, een looprek of een rollator drie maanden gratis! Schaft u liever zelf een hulpmiddel zoals een scootmobiel of badkamerbeugel aan? Dan profiteert u van kortingen tot 40%! We adviseren u graag over de mogelijkheden!



+ 3 maanden gratis lenen

+ Van 10 tot 40% korting



+ €45,- (€10,- korting op de reguliere prijs van €55,-)

GEZOND & FIT

Keuring voor het rijbewijs

Wilt u na uw 75e verjaardag uw rijbewijs verlengen? Dan is een medische keuring noodzakelijk. Na slechts 20 minuten gaat u met een verklaring van geschiktheid naar huis, waarmee u uw nieuwe rijbewijs op kunt halen bij de gemeente. Maak een afspraak voor de rijbewijskeuring op een van de vele locaties in Limburg!



+ 10% korting op batterijen, zwemstukjes en gehoorbeschermers

PERSOONLIJKE VERZORGING

Hoort u nog goed?

Krijgt u gesprekken op een verjaardag niet meer mee of moet de televisie steeds harder? Dan heeft u wellicht een gehoorprobleem. Wacht niet te lang en bezoek een audicien of plan een thuisbezoek. Er is voor iedereen een passende oplossing, want hoorapparaten zijn tegenwoordig klein en nauwelijks zichtbaar!



+ €5,- korting op het uurtarief

GEMAK AAN HUIS

Voor elke klus een vakman

Gaat u verhuizen? Laat uw gezondheid het opknappen van uw huidige woning niet meer toe? Of wilt u uw (klein)kinderen niet te veel belasten? Maak dan gebruik van onze klusservice! Van schilderen of behangen tot ontruimen of gordijnen ophangen; onze klusjesmannen draaien er hun handen niet voor om!



Een **lidmaatschap** bij Groene Kruis Ledenorganisatie kost **€14,95 per huishouden** per jaar.

Meer informatie of lid worden? Kijk op:
www.groenekruisleden.nl/lid-worden
of bel naar **088 - 61 076 54**



leden
organisatie