

seniorencontactmagazine

Tuut mit ziepnaat





Vlodrop
...en Proteion

*Vertrouwde
zorg van uw
wijkteam*

Proteion is er in alle wijken en dorpen. Ook in Vlodrop staat ons wijkteam 24 uur per dag, 7 dagen per week voor u klaar voor verpleging en verzorging.

Een klein team, vaste tijden, korte lijnen en deskundige zorg. Daar kunt u op vertrouwen. Meer weten? Bel 088-850 00 00.

**welzijn
zorg en
wonen**

 **proteion**

 088 - 850 00 00 proteion.nl

Colofon

Seniorenvereniging Vlodrop
www.seniorenvlodrop.nl

K.v.K Noord- en Midden-Limburg nr.:
401.76794
Rabobank Roermond e.o.
NL94 RABO 0154 6078 27

Voorzitter
Will Willemsen 06-53679644
Secretaris
Riny Mulders-Maessen 0475-400600
Penningmeester
Wim Geerlings 0475-401431

Bestuursleden
Marjon van der Beek-Heiligers:
activiteiten
Mar Bergrath: thema-activiteiten
Elly Feder: ledenzorg 06-31585781
Gerda Grachten: ledenadministratie
0475-401859

Activiteitencommissie
Marjon van der Beek-Heiligers
(voorzitter) 0475-403328
John Coenen
Har Pustjens
Mar Bergrath

Tuut mit Ziepnaat (TmZ)
Redactie
John Coenen
Piet Geuskens
Björn Maessen

Redactieadres
Boomgaardstraat 19
6063 AG Vlodrop
e-mail: b.maessen@hetnet.nl

VAN DE BESTUURSTAFEL

Tuut mit Ziepnaat

Het bestuur van de seniorenvereniging Vlodrop heeft besloten de "dorpsuitgave" van TmZ m.i.v. 2016 te laten vervallen. Dat betekent dus dat er niet meer één editie (van de vier edities) van TmZ in het hele dorp wordt verspreid.

U kunt zich voor € 10.- per jaar abonneren op ons contactmagazine TmZ, dat 4 keer per jaar verschijnt. U leest er verslagen van de activiteiten van de vereniging, maar ook informatie van de seniorenadviseur en allerlei andere wetenswaardigheden. Opgeven voor een abonnement kan bij Gerda Grachten, tel. 0475-401859 of via:

ledenadministratie@seniorenvlodrop.nl

Het bestuur van de Seniorenvereniging Vlodrop

VAN DE REDACTIE

Rectificatie

Pierre Jeurissen wees de redactie van TmZ op een onjuistheid in de laatste TmZ. (jaargang 11 nr. 4) Hierin wordt - naar aanleiding van het optreden van Harrie Wolters tijdens de jubileumfeestmiddag - vermeld dat de vroegere mondharmonicaclub van Vlodrop gelieerd was aan de Jonge Boeren. Dit is echter foutief; dat moet Jong Nederland zijn, volgens Pierre. Bij dezen de correctie. En wij bedanken Pierre hartelijk voor de oplettendheid waarmee hij de TmZ blijkbaar leest.

De redactie van TmZ

Daniëls



TUINCENTRUM

Herkenbosserweg 4 • Vlodrop

Tel. 0475 534 298

www.tuincentrumdaniels.nl

Elke zondag open van 10 tot 17 uur



De mooiste tuinmeubelen staan al weer ten toon gesteld op onze ruime en inspirerende tuinmeubel afdeling. Neem ook eens een kijkje op onze internetsite voor een indruk van ons assortiment. Alles uit voorraad leverbaar !!

Elke zondag open van 10 tot 17 uur

Groot assortiment tuin en perkplanten, vijverartikelen, natuursteen, tuinmaterialen, sfeerartikelen etc.etc. Tevens uw adres voor tuinaanleg en onderhoud, laat u adviseren door onze vakkundige medewerkers.

Schmitz
tuincentrum

Herkenbosserweg 2 – 6063 NL Vlodrop
Tel: 0475-535919 – www.tuincentrumschmitz.nl

KERSTVIERING 2015

De laatste activiteit in het jubileumjaar was de traditionele kerstviering; dit jaar gehouden op dinsdag 22 december 2015 in (zoals gebruikelijk) zaal Roerzicht. Voor deze viering hadden zich 75 deelnemers aangemeld. Helaas moest een aantal leden verstek laten gaan vanwege ziekte. Zoals altijd werd deze kerstviering voorafgegaan door een H. Mis, die opgedragen werd door pastoor H. Schnackers.



De heilige mis



Het dameskoor, op orgel begeleid door mevrouw Gertie Boosten, zorgde voor de muzikale oplichtering tijdens de mis. Het was een mooie viering, waarin veel aandacht was voor gastvrijheid en belangstelling voor elkaar. Hiermee werd tevens een verbinding gelegd naar het jaar 2016, dat door paus Franciscus is uitgeroepen tot het "Jaar van Barmhartigheid." Na de viering konden de aanwezigen aanschuiven aan en genieten van een heerlijke koffietafel.

Het aansluitende middagprogramma werd verzorgd door Zangtroep Remsjpaor.



Zij verzorgden de muzikale omlijsting in de middag. De aanwezigen kregen ook ruim de gelegenheid om mee te zingen. De kerstman las een kerstverhaal voor en assisteerde bij de trekking van de tombola. Ook dit jaar waren bij de tombola weer mooie prijzen te winnen.

Het inmiddels ook traditionele kerstpresentje werd uitgereikt aan de aanwezigen. Een uit olijfhout gesneden figuurtje, dat verband houdt met de kerst. Bij de leden die niet konden deelnemen, werd het presentje thuis bezorgd. Op het bijgevoegde kaartje de tekst: *"Ik wens je... niets wat je in de winkel kan kopen, maar alles wat je stilletjes mag hopen."*

We kunnen terugzien op een gezellige en sfeervolle middag. Een woord van dank aan allen die een bijdrage hebben geleverd aan het welslagen van deze middag.

Aan het einde van deze kerstbijeenkomst vroeg mevrouw Truus Berben het woord en richtte zich speciaal tot de bestuursleden om hen te bedanken voor het organiseren van allerlei leuke dingen voor de senioren van Vlodrop. In het bijzonder voor de activiteiten die in het kader van het afgelopen jubileumjaar werden gehouden.



Trouwe helpsters van de seniorenvereniging!

NOTARISKANTOOR
ROERDALEN B.V.

mr. J.L. SCHROYEN
notaris

Schaapsweg 36 6077 CG Sint Odiliënberg
Telefoon: 0475 - 53 74 40 Telefax: 0475 - 53 50 33
Internet: www.notariskantoorroerdalen.nl E-mail: info@notariskantoorroerdalen.nl

STEENPROJECT
NATUURSTEEN

Grafstenen

Keukenbladen

Maatwerk

Bergerweg 23 - 6063BN Vlodrop
www.steenprojectgrafmonumenten.nl & www.steenproject.nl

Schoonheidsinstituut
COSMOTIEK
Klifsbergweg 16A
6063 NE Vlodrop
0475 - 401882

MEER BEWEGEN VOOR OUDEREN



Gymnastiek Vlodrop = Plezierig bewegen in een gezellige groep.

Leuke en gevarieerde oefeningen voor iedereen.

In een gezellige groep ontspannen bewegen houdt uw lijf soepel. Daar voelt iedereen zich lekker bij!

Wat is MBvO?

De teruggang van het lichamelijke en geestelijke prestatievermogen bij het ouder worden berust slechts ten dele op verouderingsprocessen, maar is ook een gevolg van een daling van het lichamelijk actief zijn. Meer Bewegen voor Ouderen (MBvO) staat voor bewegingsactiviteiten voor mensen vanaf 55 jaar. De activiteiten zijn aangepast aan uw wensen en fysieke mogelijkheden. Het gaat om zinvolle en gevarieerde bewegingsactiviteiten, zoals gymnastiekoefeningen of spelvormen, waaraan veel plezier wordt beleefd. MBvO is, juist op latere leeftijd, een uitstekende manier om gezondheidsklachten te voorkomen en ook een manier om in contact te komen met leeftijdsgenoten. MBvO maakt gebruik van speciaal opgeleide leerkrachten. Het doel is om met de bewegingsvormen een zo lang mogelijk gezond, zelfstandig bestaan van de deelnemers te bewerkstelligen.

Voor wie?

55-plus gymnastiek is voor mensen vanaf 55 jaar. Omdat het tempo en de oefeningen door u zelf worden bepaald, kan iedereen aan deze gymnastiekvorm deelnemen.

Wat heeft u nodig?

Het enige wat u nodig heeft, is gemakkelijk zittende kleding waarin u zich goed kunt bewegen.

Voordelen van MBvO

- het verbetert uw fitheid
- leuke en gevarieerde oefeningen
- sociale activiteit
- deskundige begeleiding
- u kunt ook met gezondheidsklachten deelnemen

Bent u nog géén deelnemer van onze gymgroep en wilt u na het lezen van bovenstaand artikelje graag een keer meedoen, dan kan dat tweemaal

gratis. Kom dan op dinsdagochtend naar de **Blokhut** en lever per gratis les 1 bon in bij de instructeur.

De les start om 11.00 uur.

- **BON voor eenmaal gratis deelname aan de gymles van de Seniorenvereniging Vlodrop, inclusief een kop koffie na afloop.****
- ****** Maximaal tweemaal gratis deelname per persoon, mits nog geen deelnemer van de gymgroep

- **BON voor eenmaal gratis deelname aan de gymles van de Seniorenvereniging Vlodrop, inclusief een kop koffie na afloop.****
- ****** Maximaal tweemaal gratis deelname per persoon mits nog geen deelnemer van de gymgroep.



Burg. Claessenstraat 9 - 6074 BZ Melick
T: 0475-597225 - M: 06-52421508

**Voor al uw buiten- en binnenschilderwerk
staan wij graag voor u klaar.**

Voor schilderwerk aan woningen ouder dan 2 jaar
geldt het lage BTW-tarief van 6%.

Wilt U meer informatie of geheel vrijblijvend een offerte
aanvragen, neem dan gerust contact met ons op.



info@franssenschilderwerken.nl www.franssenschilderwerken.nl

VAN HEURE ZÈGKE...

Oud worden in deze tijd.

Het is gewoon niet voor te stellen,
je moet met een mobieltje bellen.
Je kunt er ook een tekst op lezen,
je moet altijd maar bereikbaar wezen.
En dat kan dus niet gewoon,
met een vaste telefoon.

Wil je een treinkaartje gaan kopen,
nee, niet naar de balie lopen.
Daar is niemand meer te zien,
je kaartje komt uit een machine.
Je moet dan overal op drukken,
in de hoop dat het zal lukken.
Pure zenuwsloperij,
achter jou zie je een rij,
kwaad en tandenknarsend staan,
want de trein komt er al aan.

Bij de bank wordt er geen geld
netjes voor je uitgeteld.
Want dat is tegen de cultuur,
nee je geld komt uit de muur.
Als je maar de code kent,
anders krijg je nóg geen cent.
Om je nog meer te plezieren,
mag je internetbankieren.
Allemaal voor jouw gemak,
alles onder eigen dak.
Niemand die er ooit om vroeg:
blijkbaar is het nooit genoeg.

Man, man, man wat een geploeter,
alles moet met een computer.
Anders doe je echt niet mee.
Op www.nl en punt nl
vind je alle informatie,
wie behoedt je voor frustratie?
Als dat ding het dan niet doet,
dan word je toch niet goed.
Maar dan roept men dat je boft,

je hebt immers Microsoft.
 Ach, je gaat er onderdoor,
 je raakt gewoonweg buiten spoor.
 Nee het is geen kleinigheid,
 oud worden in deze tijd.



Bovenstaand gedicht werd (onafhankelijk van elkaar) aangeleverd door ons lid Anja Stammen en ons bestuurslid Marjon van der Beek, die ook de illustratie meezond. We hebben het gedicht met een geringe typografische wijziging geplaatst. De redactie bedankt Marjon en Anja hartelijk voor hun bijdrage.



**DE
PARASOL**

De speciale dierenzaak

Bergerweg 36
 6063 BS Vlodrop
 0475 407 190
 info@de-parasol.com
de-parasol.com

DE OUDERENADVISEUR AAN HET WOORD

"Leuker kunnen wij het niet maken..."

Vanaf 1 maart 2016 kunnen wij weer de jaarlijkse aangifte indienen van onze inkomstenbelasting. Hiervoor hebben wij tot 1 mei 2016 de tijd. Er zijn veel zorgkosten/ziektelasten, zoals bepaalde medicijnen en hulpmiddelen die deels of zelfs volledig aftrekbaar zijn bij de inkomstenbelasting. Men noemt dit ook wel: 'aftrek specifieke zorgkosten'. Voor mensen die relatief veel gebruik maken van zorg, zoals chronisch zieken, gehandicapten of ouderen, kan dit soms een interessant financieel voordeel opleveren, omdat zij dan minder belasting hoeven te betalen. Maar welke aftrekbare zorgkosten zijn er precies en onder welke voorwaarden mag men van deze regeling gebruik maken?

Overzicht aftrekbare zorgkosten

In de tabel hieronder kunt u lezen welke zorgkosten niet, deels of volledig aftrekbaar zijn voor de inkomstenbelasting van 2015.

Soort zorgkosten	Fiscaal aftrekbaar
Premies en eigen bijdragen:	
Zorgpremie (basispremie en aanvullende premie)	Nee
Verplicht of vrijwillig eigen risico	Nee
Eigen bijdrage (Zorgverzekeringswet)	Nee
Eigen bijdrage voor Wmo, Jeugdzorg of Wet Langdurige Zorg	Nee
Geneeskundige zorg:	
Verpleging in een ziekenhuis of andere instelling	Ja, volledig
Behandeling door huisarts, tandarts, therapeut of specialist	Ja, volledig
Behandeling onder begeleiding en voorschrift van een arts	Ja, volledig
Behandeling bij paramedicus zonder doorverwijzing arts	Ja, onder voorwaarden
Voorschreven (homeopathische) middelen door een arts	Ja, volledig
Hulpmiddelen:	
Gehoorapparaten	Ja, onder voorwaarden

Steunzolen, kunstgebit, prothese	Ja, volledig
Rollator, krukken en andere loophulpmiddelen	Nee
Rolstoel of scootmobiel	Deels, alleen de afschrijving
Medische aanpassingen aan woning	Nee
Medische aanpassingen aan auto of fiets	Ja, volledig
Ziekenvervoer:	
Vervoer naar een arts, specialist of ziekenhuis	Ja, aftrekbaar per km
Stijging in vervoerskosten vanwege handicap of (chronische) ziekte	Ja, volledig
Vervoer in het kader van ziekenbezoek	Ja, onder voorwaarden
Overig:	
Extra kleding en beddengoed	Ja, onder voorwaarden
Extra gezinshulp vanwege invaliditeit of (chronische ziekte)	Ja, onder voorwaarden
Kosten dieet	Ja, onder voorwaarden

Ten opzichte van het voorgaande jaar is er bij de belastingaangifte voor 2015 niet veel veranderd. Toch kunnen bepaalde specifieke zorgkosten voor u een interessant financieel voordeel opleveren! Voor meer informatie kunt u kijken op www.zorgwijzer.nl of www.belastingdienst.nl.

'Meer behoefte aan persoonlijke service? Wij staan voor u klaar!'



van Birgelen Assurantiën
RegioBank
 Hoofdstraat 66 - 6077 AP SINT ODILIËNBERG
 Tel. 0475-529290
www.vanbirgelen.com

NIEUWS UIT SENIORENLAND

Mantelzorg kan familieband verslechteren

De verwachting van de overheid dat kinderen een deel van de zorg voor hun ouders op zich nemen, is in veel gevallen niet reëel omdat de onderlinge relatie niet hecht genoeg is, blijkt uit een groot en langjarig onderzoek naar familiebanden. Sociologisch onderzoek toont aan dat vier van de tien kinderen geen harmonieuze relatie met hun ouders hebben.

Als zij ingeschakeld worden in de zorg voor hun ouders, neemt de kans op conflicten toe, schrijft onderzoeker Martijn Hogerbrugge in het demografische vakblad Demos. Hij baseert zich op bevindingen van de Netherlands Kinship Panel Study, waarin ouders, kinderen, broers en zussen tussen 2002 en 2014 herhaaldelijk zijn ondervraagd over hun onderlinge contact.



Harmonieus

Iets meer dan de helft van de ouder-kindrelaties is harmonieus. Kenmerken daarvan zijn dat ze elkaar minimaal een keer per maand opzoeken en er praktische, emotionele of financiële hulp wordt uitgewisseld. De kans op conflicten is klein, de bereidheid tot mantelzorg groot.

Tussen volwassen broers en zussen onderling is de relatie minder vaak harmonieus; in twee op de drie gevallen is er niet veel contact of is de relatie wankel of conflictueus.

Inflexibel

Uit het onderzoek blijkt dat er in de loop van de tijd weinig verandert in de kwaliteit van de familiebanden. "De vraag is dan ook", schrijft Hogerbrugge,



Hobby Shop Lammers

Alles los, per stuk, en op maat verkrijgbaar!

HAARMODE
Schoemakers

Bergerweg 41 - Vlodrop
0475-403092
www.haarmodeschoemakers.nl




PIET DAEMEN
SPORT & RIJWIELHUIS

Tussen de Bruggen 10
6063 NA Vlodrop

T 0031 (0)475 40 17 27
info@daemen-fietsen.nl

"in hoeverre overheidsbeleid dat gericht is op het stimuleren van mantelzorg succesvol zal zijn". Zorg verlenen vereist in veel gevallen dat het kind zijn relatie met de ouders moet aanpassen, terwijl die band in de praktijk nauwelijks flexibel is.

Bovendien blijkt dat het bieden van hulp, dus een intensiever contact, vaak gepaard gaat met meer conflicten tussen familieleden. Mogelijk wordt het welzijn in Nederland uiteindelijk negatief beïnvloed door de inzet van de regering op mantelzorg, concludeert de onderzoeker.

Bron: Website NOS, Zaterdag 6 februari 2016

Uitvaartverzorging Willem's



Kapellerlaan 71
6045 AB Roermond
0475-333040

't Sittert 22
6077 NN St. Odiliënberg
0475-401854

www.willemsuitvaartverzorging.nl



NIEUWS VAN DE ACTIVITEITENGROEPEN

- * VAN: ONZE SOOS/KIENEN GROEP
- * VAN: ONZE MAANDELIJKSE KAARTGROEP
- * VAN: ONZE JEU DE BOULESGROEP
- * VAN: ONZE GYMGROEP
- * VAN: ONZE FIETSGROEP

* VAN: ONZE MAANDELIJKSE KAARTGROEP

Ook in 2016 is er weer eenmaal in de maand (m.u.v. de maand augustus) kaarten in de Blokhut. Aanvang 19.00 uur. Doe gerust gezellig mee. Ook als u geen lid bent van de seniorenvereniging.

Donderdag	10 maart	Donderdag	15 september
Donderdag	7 april	Donderdag	6 oktober
Donderdag	19 mei	Donderdag	10 november
Donderdag	16 juni	Donderdag	8 december
Donderdag	14 juli		



Markt 7 • 6063 AC VLODROP
modehuispleunis.nl

Café - Zaal "Roerzicht"



Voor al uw bruiloften, feesten,
partijen en vergaderingen

Bie Riny en Frits van Helden

Grootestraat 36, 6063 AL Vlodrop
0475 - 401334

Al ruim 50 jaar thuishaven
van de Seniorenvereniging Vlodrop

Drukwerk nodig?

Wij bieden u de helpende hand

Digitaal drukwerk
voor kleine oplages
Offset voor grote oplages

Ons motto:
Afspraak is
afpraak!

Zakelijk drukwerk
Familedrukwerk
Verenigingsdrukwerk

Van visitekaartje
tot XL formaat

Snelle
levering

Vraag
vrijblijvend
offerte



Drukkerij Koenen b.v.

Hoofdvestiging
Schaapweg 22
6063 BA Vlodrop
T 0475 406 406

Servicepunt
Waldfeuchterbaan 134
6105 BP Mariahoop
info@drukkerij-koenen.nl

Kijk ook eens op onze website:

www.drukkerij-koenen.nl

Bel voor
een afspraak
wij komen
graag bij
u langs