

Nieuwsbrief Seniorenvereniging Kepèl



Nummer 130 uitgave juli/aug. 2024

Redactie: Henny Peeters-Wijnen, Jan Verheijen en Marlies van Bommel.

Ontvangen bericht van overlijden:

- Zr. Canisia Feld, Panningen
- Theo van Nisselroij, Panningen.

We wensen de nabestaanden veel sterkte om dit verlies een plaats te geven.

Nieuwe leden:

- Annie Broekmans, Panningen.
- Herman Vanlier, Panningen.

We heten de nieuwe leden van harte welkom en hopen hun vaak bij onze activiteiten te zien.

Seniorenbioscoop

In juli en augustus is er geen seniorenbioscoop.

Countryline Dance.

De eerste les na de vakantie is op maandag 2 september 2024.

Toneel

De toneelgroep begint weer met oefenen op Woensdag 7 augustus

Busreis Millingen.

Dinsdag 11 juni ging de busdagtocht naar Haps en Millingen aan de Rijn.

In Haps werd een bezoek gebracht aan de Aalshof. Na een hartelijke ontvangst met koffie



en appeltaart werd ons op humoristische wijze alles verteld over de kip en het ei. Daarna werden we getrakteerd

op advocaat: 3 verschillende smaken! En dat al in de vroege ochtend! En toen naar buiten om de kippenverblijven te bekijken en de eiertikwedstrijd

te spelen! Voor de winnaars was er een fles Doortje advocaat.



Na de lunch in Millingen maakten we met de zonnetrein een prachtige tocht door de Ooijpolder. De gidsen gaven duidelijke uitleg over het gebied.



Voordat de bus ons weer naar Panningen zou brengen was er nog tijd voor een drankje bij de Thornse molen. Het was een gezellig en geslaagd dagje uit!

De door Ari Verbruggen gemaakte foto's vind je op onze website.

Nieuwsbrief.

De nieuwsbrief van juli/augustus is ook digitaal verstuurd. We hebben niet alle email adressen en ook van enkele leden kwam de mail als onbestelbaar retour.

Hebt u de nieuwsbrief van april niet digitaal ontvangen en wenst u dit wel, stuur dan even je juiste email adres naar: info@svkkepel.nl

Bijlagen:

- Verslag 60-jarig bestaan.
- Uitnodiging voor 18 juli Franse Middag.

Agenda komende tijd:

- Do 18 juli Franse middag.
- Wo 18 september "Van ploeg tot ploegendienst".
- Wo 2 oktober muziekavond.
- Do 21 november themamiddag slapen.

De volgende nieuwsbrief komt in week 35.

10 km Wandelgroep van de SVK.



Een van de vele activiteiten van onze vereniging zijn de wekelijkse wandelingen op vrijdagmorgen. Er wordt gewandeld in twee verschillende afstanden, namelijk 5 en 10 km, ieder met hun eigen tempo.

De wandelgroepen zijn destijds opgericht door wijlen bestuurslid Jo Laval. De vertrektijd van de beide wandelgroepen is om 09.00 uur bij het gemeenschapshuis In Kepèl.

De contactpersoon en routeplanner van de 10 km wandelgroep is Bert Bos. Sinds de Coronatijd wordt er om de andere week onderweg een koffiepauze gehouden, meestal in een horecazaak, maar soms ook in een andere locatie zoals bij de visvijver te Helden, handboogschutterij De Indianen te Koninglust, Boswachterij De Kievit te Beringe, etc. De tussenliggende weken wordt na afloop gezellig koffie of thee gedronken in het gemeenschapshuis, uiteraard voor eigen



rekening.

Iedere wandeling gaat telkens een andere richting uit en bovendien maakt Bert ook

telkens nieuwe routes op de laptop, geschikt voor GPS-apparaat dan wel voor een app op een smartphone. Inmiddels zijn er meer dan 40 verschillende routes. Iedere maand zijn er aldus 4 of 5 routes welke in kleur worden weergegeven in de volgorde rood, geel, groen en donkerblauw en als er een vijfde wandeling in de maand is nog lichtblauw. Alle wandelingen worden vooraf in een verzendlijst van Whatsapp toegestuurd (dus niet in een Whatsappgroep vanwege de privacy). Behalve dat de routes alle windrichtingen uitgaan, wordt zoveel mogelijk door de natuur gewandeld. Helaas zal er altijd

ook een heel stuk door bebouwde kom gewandeld moeten worden omdat het startpunt nu eenmaal altijd bij het gemeenschapshuis is. (Grote wens van Bert is om ooit nog eens via carpoolen op een andere plek in de natuur te starten, waardoor er andere en meer gevarieerde routes gewandeld kunnen worden). Het aantal deelnemers bedraagt gemiddeld 15 personen, verdeeld over ongeveer evenveel mannen als vrouwen. Het tempo ligt op ca. 5,1 km wat gezien de gemiddelde leeftijd best hoog genoemd mag worden. Een goede conditie is dus vereist. Alhoewel geen aparte kleding en schoeisel nodig is, is het dragen van een lichte, snel drogende wandelbroek wel aan te bevelen en ook stevig schoeisel. Zeker wanneer er gewandeld wordt tijdens regen of zelfs sneeuw hetgeen ook voorkomt. Iedereen kan deelnemen, ongeacht of men lid is van de Seniorenvereniging of niet. De enige eis is dat men tijdig aanwezig is op het startpunt en het tempo kan bijbenen. Zijn de weersomstandigheden dusdanig slecht dat er niet gewandeld wordt, dan ontvangen de deelnemers vooraf een whatsappberichtje daarover of men besluit in gezamenlijkheid vlak voor vertrek dat men niet start. Helaas komt het de laatste tijd vanwege regen wel eens voor dat er niet gestart is. Ook het vooraf bespreken van een koffiepauze onderweg is dan moeilijk. Zeker wanneer er afgezegd moet worden bij een niet-horecalocatie .

Iedereen wandelt op eigen risico mee; honden zijn niet toegestaan. Voor verdere informatie zie de website:

www.seniorenverenigingkepel.nl/activiteiten/wandelen

