

KBO-Heesch

ACTIEF EN INSPIREREND



INFO

7 - juli 2024

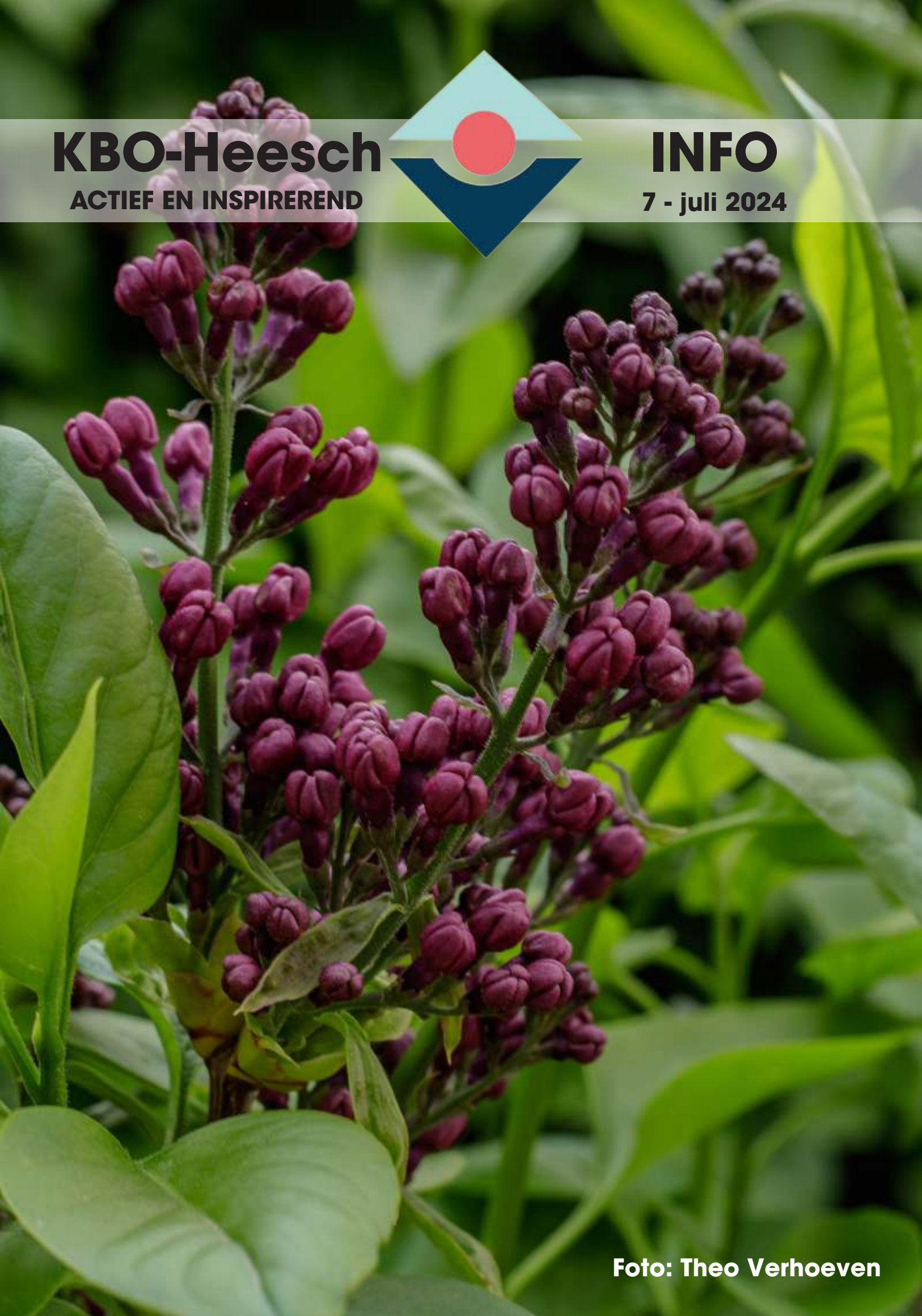


Foto: Theo Verhoeven



Speciale activiteiten juli	
	Helpdesk is in juli met vakantie
Wo 3 juli	Aan de praat, Creapas
Ma 8 juli	Inschrijven zomeractiviteiten ('s middags)
Di 9 juli	Inschrijven zomeractiviteiten ('s ochtends)
Di 9 juli	Fotoclub, Dorsvloer
Do 11 juli	Aan tafel bij Gerda, Eijnderic
Vrij 12 juli	Dansen, de Misse
Zon 14 juli	Hoera, 't is zondag, d'n Herd
Zon 21 juli	Bingo, de Misse
Wo 24 juli	Geen briden ivm vakantie
Vrij 26 juli	Uitdelen INFO, d'n Herd
Vrij 26 juli	Excursie naar museum SieMei in Veghel
Vrij 26 juli	Excursie naar de Noordkade in Veghel
Zon 28 juli	Hoera, 't is zondag, d'n Herd
Di 30 juli	Excursie naar Würth in Den Bosch
Wo 31 juli	Geen briden ivm vakantie
Maandag 22 juli t/m zondag 11 augustus bouwvak	
De Pas is gewoon geopend alle activiteiten gaan dan door	

Speciale activiteiten augustus	
	Helpdesk is in augustus met vakantie
Wo 7 aug	Aan de praat, Creapas
Wo 7 aug	Geen briden ivm vakantie
Vrij 9 aug	Dansen, de Misse
Vrij 9 aug	Excursie naar Schoenenkwartier Waalwijk
Zon 11 aug	Hoera, 't is zondag, d'n Herd
Di 13 aug	Stads rondleiding in Grave
Do 15 aug	Maasmeandertreintje in Megen
Do 22 aug	Aan tafel bij Gerda, Eijnderic
Zon 25 aug	Hoera, 't is zondag, d'n Herd
Wo 28 aug	Aan tafel bij Gerda, Eijnderic

Wekelijkse activiteiten	maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zondag
Helpdesk, De Pas in de CreaPas	10.00 – 12.00					
Fietsen lang (apr/okt), kerk	9.00					
Biljarten competitie, in d'n Herd		12.30 – 17.00				
Jeu de Boules, Heesch/Teeffelen		13.30 – 16.00				
Sjoelen, De Pas in de Misse zaal		14.00 – 16.00				
Rummikub, De Pas in de Misse zaal		14.00 – 16.00				
Vrij biljarten, De Pas in d'n Herd		18.30 – 22.00				
Kaarten, De Pas in d'n Herd		19.00 – 22.00				
Keezen, De Pas in d'n Herd		19.00 – 22.00				
Nordic walking, buiten bij De Pas			9.30 – 11.00			
Meer bewegen voor ouderen, de Misse zaal			10.30 – 11.30 11.30 – 12.30			
Bridgen, De Pas in de Misse zaal			13.00 – 16.00			
Fietsen kort, kerk			13.30			
Vrij biljarten, De Pas in d'n Herd				9.00 – 12.00		
ConAmore, De Pas in de Misse zaal				10.00 – 12.00		
Handwerken, De Pas in d'n Herd				10.00 – 12.00		
Wandelen, de Misse				9.30 – 11.00		
Wandelen opstappers, de Misse				9.00 – 12.00		
Biljarten competitie, in d'n Herd				12.30 – 17.00		
Dansen, 2 ^e vrijdag/mnd, de Misse					20.00 – 23.30	
Hoera 't is zondag, kom je ook? D'n Herd, elke even week						11.30 – 16.00



Inhoud

- 2 Activiteitenrooster juli-augustus
- 3 Inhoud - Voorwoord bestuur
- 4 Themamiddag "Kortsluiting in het brein"
- 5 Aan tafel bij Gerda
- 6 Heesch, durf te vragen
- 7 Efee: fietsen en kletsen
- 8 ONS welzijn - Ledenmutaties
- 9 Vakantieweken (uitneembaar katern)
- 13 Bloemschikken - Inleveren kopij
- 14 Unne-n-öllinge hof mi slaekke
- 15 Verslag 5-daagse KBO reis Bitburg
- 16 MooiBernhezeKrant vraagt bezorgers
- 17 Verenigingsnieuws
- 19 Contactgegevens - Colofon

Vooruit kijken

Misschien bent u benieuwd hoe uw nieuwe voorzitter het de eerste maanden is vergaan. Ik kan wel zeggen dat ik me steeds meer thuis voel bij de KBO.

Iedere 2 weken komt het bestuur op woensdagochtend bij elkaar. De ene keer wordt over lopende zaken vergaderd en worden besluiten genomen. De andere keer bespreken we thema's. Voor mijn komst was dat met name het beleidsplan 2024-2028. Inmiddels is daaruit een werkplan opgesteld en zijn we deze plannen en ambities aan het uitwerken. Allereerst kijken we naar ons zelf: welke bestuurstaken liggen er om de activiteiten goed te laten lopen. Maar ook, wat wordt van het bestuur gevraagd om uw belangen te kunnen behartigen. De laatste weken is in diverse externe bijeenkomsten het beleid voor de toekomst van senioren besproken. Zo hebben we onder meer met de gemeente nagedacht over de Woon-Zorgvisie en vanuit het Breed Maatschappelijk Beleid hebben we deelgenomen aan het Platform Integraal Ouderenbeleid. Als bestuur vinden we het belangrijk dat we, namens u, onze stem duidelijk laten horen. Zeker is dat er steeds minder betaalde zorg zal zijn en dat we moeten nadenken over hoe we elkaar steun kunnen bieden op allerlei gebied. Vrijwilligers zijn dan ook meer en meer nodig. Bij onze KBO zijn nieuwe leden (vanaf 50 jaar) van harte welkom. Daarvoor is het belangrijk dat we met zijn allen, u en ik, onze omgeving vertellen, dat de KBO veel meer is dan een club met de 3 k's van kaarten, kienen en keuvelen. Wellicht past hier een andere, meer bij deze tijd en activiteiten passende, naam. We krijgen van u spontaan al wat suggesties.

KBO-Brabant, waarvan u het blad ONS ontvangt, wordt: Senioren Netwerk Brabant-Zeeland. Het streven is om met ons 70-jarig bestaan in 2025 een nieuwe aansprekende naam te hebben.

Mijn oma, die 100 jaar mocht worden, zei vaak: "Stilstaan is achteruit gaan". Wij kijken vooruit en bereiden ons samen met u voor op de toekomst.

Maar nu eerst: kijk verder op in deze INFO naar het aanbod van onze Vakantieactiviteiten en meld u snel aan. Ik hoop dat u er van geniet!

Wilma Slaats
Voorzitter

THEMAMIDDAG "KORTSLUITING IN HET BREIN"

31 mei 2024 - het verslag

De middag wordt geopend door Frans Eijsink, lid van de themawerkgroep. Hij geeft het woord aan dr. Hans Manders die ons meeneemt in de ingewikkelde ontwikkeling van ons brein en wat er allemaal in mis kan gaan.

Ontwikkeling van het zenuwstelsel



Allereerst is er een film over de ontwikkeling van het zenuwstelsel in het embryonale stadium al voor de 16e week van de zwangerschap.

Het zenuwstelsel bestaat uit de hersenen, de kleine hersenen, de hersenstam en het ruggenmerg.

1. De hersenen zijn een soort drillerige kwab en wegen ongeveer 1500 gram.
2. Het ruggenmerg bevindt zich in de wervelkolom, begint in de nek, waar het aansluit op de hersenen en loopt tot aan de onderrug.

In de hersenen en in het ruggenmerg bevinden zich zenuwcellen. Het menselijk lichaam heeft naar schatting 100 miljard zenuwcellen.

Zenuwcellen hebben een cellichaam met uitlopers. Een bundel uitlopers vormt samen een zenuw. Om de uitlopers zit een isolerend laagje (myeline).

De functie van zenuwcellen is het overbrengen van informatie naar andere zenuwcellen, naar



Het isolerende laagje zorgt voor een betere geleiding van signalen tussen zenuwcellen, voorziet de zenuwcellen van voeding en het beschermt tegen schade aan de zenuwcellen.

Hoe werkt het zenuwstelsel.

Het is een netwerk van cellen dat informatie kan opnemen en verwerken. Het verbindt alle delen van het lichaam met elkaar. Via dit netwerk wordt informatie van de hersenen naar andere delen in het lichaam gestuurd en omgekeerd. Overbodige verbindingen worden verwijderd. Verbindingen door ervaring worden versterkt. Kleine kinderen hebben veel verbindingen; wat teveel is wordt afgebroken. Bij autisme en adhd zijn er teveel verbindingen overgebleven.

Als er kortsluiting ontstaat in de zenuwbanen kunnen de volgende ziekten ontstaan :

1. Ziekte van Parkinson
2. Multiple sclerose



3. Neuropathieën

Dr. Manders vertelt van deze ziekten wat de verschijnselen zijn en hoe het verloop van de ziekte is, hoe vaak het voorkomt, in Nederland, hoe de diagnose gesteld wordt en welke behandelingsmogelijkheden of therapieën er zijn.



Aan tafel bij Gerda

Najaar 2024

Alle **alleenstaande** leden van onze KBO kunnen zich, 1x per maand, telefonisch aanmelden voor een heerlijk 3 gangen diner.

Aanmelden: bij Jeanette: 06-30829569

Ontvangst: 17.15 - 17.30 uur in de kookstudio van de Eijnderic

Betaling: €7,50 graag contant en gepast
Hieronder vind je **de data van diners** en aanmelden (bewaren op je telefoon of op je prikbord)

Met dank aan dr. Manders wordt de middag afgesloten.

Als er behoefte is aan een digitaal verslag dan kan dat opgevraagd worden bij **themabijeenkomsten@kboheesch.nl**. Een uitgebreider verslag staat ook in de nieuwsbrief van juni of op de website.

De volgende bijeenkomst is 18 oktober 2024 met als onderwerp : kanker



DINER	aanmelden
donderdag 11 juli	1 t/m 4 juli
woensdag 17 juli	1 t/m 4 juli
donderdag 22 augustus	5 t/m 8 aug
woensdag 28 augustus	5 t/m 8 aug
donderdag 12 september	2 t/m 5 sept
woensdag 25 september	2 t/m 5 sept
donderdag 10 oktober	1 t/m 4 okt
woensdag 23 oktober	1 t/m 4 okt
donderdag 7 november	28 t/m 31 okt
woensdag 27 november	28 t/m 31 okt
woensdag 11 december	2 t/m 5 dec
donderdag 19 december	2 t/m 5 dec

Met smakelijke groet, kookwerkgroep KBO



GEZONDHEIDSCENTRUM HEESCH

Huisartsenpraktijk Hiemstra

open voor nieuwe patiënten

Rijbewijskeuringen

voor patiënten
en niet-patiënten
uit Heesch e.o.

Kosten € 50.

Afspraak mogelijk op alle werkdagen
zonder wachttijd via ☎ 0412-451380.

Huisartsenpraktijk Hiemstra
Gildestraat 1, 5384 JC HEESCH

info@huisartspraktijkhiemstra.nl
www.huisartspraktijkhiemstra.nl

'Heesch, durf te vragen!'

De vrijwilligers van **Stichting Samen Heesch** houden zich al lang bezig met o.a. het ondersteunen van inwoners van Heesch. Daarnaast is er vanuit onze stichting ook volop aandacht voor ontmoeten (Soos, Kookkamer Heesch, Hoera het is zondag), Dagbesteding, samen sporten (SSOK & SSOL) en Valpreventie.

De hulpdienst is sinds 2022 actief en heeft inmiddels al veel vrijwilligers die 'vaste' klanten helpen. 'Heesch, durf te vragen!' lost zoveel mogelijk kleine problemen op. De vragen die we krijgen zijn heel verschillend. Soms hangen we een lampje op, gaan mee boodschappen doen, brengen iemand regelmatig een bezoekje, snoeien een appelboompje of wat dan ook. We gingen zelfs een keer mee nieuwe kleding te gaan kopen.

We proberen iedereen te helpen, die zelf in zijn of haar omgeving die hulp niet kan vinden. Soms zijn we ook streng: we doen geen verbouwingen en schoonmaakwerk, vervangen geen hoveniers of andere vakmensen met grote klussen. En soms hebben we domweg de menskracht niet om iets op te lossen!

Daarom zoeken we ook steeds nieuwe vrijwilligers die kunnen helpen om de kleine probleempjes uit de wereld te helpen.

Is één van de volgende situaties voor u van toepassing:

- Ik kan wel hulp gebruiken
- Ik wil af en toe ook wel eens iemand helpen

In beide gevallen kan je je altijd melden. Dat kan telefonisch, via de **app (06 12 997 409)** of **mail vraag@samenheesch.nl**.

Op www.samenheesch.nl ziet u alle activiteiten die wij uitvoeren. Ook daar kan je als 'klant' aan deelnemen of als vrijwilliger aan bijdragen.

IEDEREEN IS VAN HARTE WELKOM.

In de toekomst staan onze contactgegevens ook op de voorlaatste pagina van INFO.

Wibet Eshuis,

Bestuur Samen Heesch; coördinator Heesch durf te vragen



Bitburgreis

ALFERINK
OPTICIEN
't Dorp 31 5384 MB Heesch T 0412 451003
info@alferinkoptiek.nl www.alferinkoptiek.nl
Als KBO-lid: bij aanschaf van een montuur
10% korting

FIETSEN EN KLETSEN

Kan ook in omgekeerde volgorde maar je arriveert uiteindelijk op dezelfde eindplaats met dezelfde kennis. Heerlijk fietsend met de KBO Heesch groep, recent nog, langs en tussen de rivieren. Bij Rossum, uitzicht op de Maas en bij Zaltbommel bijna in de Waal. Een mooie dag en het water bewoog zich keurig tussen de oevers. Geen regenbroeken / -pakken nodig. Onderweg kun je het over van alles hebben. We proberen de wereld, tevergeefs, een stukje beter te maken. Onderwijl barst het van de ontploffende bommen, gelukkig meer daar en nog niet hier. Elke dag gezwam via de media en we lossen, zoals gewoonlijk, geen bal op. Maar we kwamen al peddelend op vakanties van lang geleden. Mijn fietsmaat begon over vakanties naar o.a. Italië met z'n allen in een VW bus. Aan de binnenkant fietsend herkende efee dat gedoe onmiddellijk. Ook onze groep ging ruim 60 tot 65 jaren geleden, in een gehuurde VW bus die richting op. We hadden toen geen auto dus huren was de oplossing. In die VW bus met 3 stelletjes door Duitsland, over de St. Gotthard richting Bardolino aan het Gardameer. Jaja, over die Zwitserse heuvel, want de tunnel moest nog uitgegraven worden. Die busjes, met gele flanken, lekker sturend bovenop de voorwielen. Het was een lust. Dat huren ging voor efee en consorten via de GTW in Arnhem of soms via een verhuurbedrijf in Amsterdam. Met het ov naar die stad en maar zoeken naar het adres. Het woord navigatie bestond wel maar niet zoals heden ten dage. Dus op naar Italië, 4 dagen onderweg, soms langer, voor een vakantie aan het meer. Ook de tent was gehuurd en de eerste keer ontbraken de tentstokken. Niet gecontroleerd en nabrengen was uitgesloten. Contacten naar huis een utopie. De mensen stonden de hele dag in de telefooncel om thuis te vertellen dat ze waren aangekomen. Het ging toen nog niet over het gewicht. Maar we losten het op, ook na een hevige onweersbui met hagel, en stromend water dwars door de tent. Op de luchtbedden liggend aan de kanten van de tent konden we genieten van het langsstromende geweld. We sliepen die nacht overal bij goedwillende

andere gasten. De andere dag alles aan de waslijnen drogen, en verder met het genieten van de stralende zon. Er zijn vandaag de dag natuurlijk nog steeds mensen die het vakantie avontuur nog zo beleven. Maar velen laten zich vervoeren met het vliegtuig met een automatische piloot of met een bus met een chauffeur achter het stuur en nummer 2 in de onderruimte maffend tussen de koffers. In één ruk naar de Costa del Sol. Andere tijden, maar altijd leuke herinneringen. Al fietsend kletsen over toen. We maakten toen al plannen en voerden ze uit. We wilden wat zien van die toen verre landen en deden dat gewoon. Wat is toeval..... efee trof Bert, van de Rose, met een shirt waar warempel zo'n VWbus in gele uitvoering opstond. Dat maakte mede bovenstaande los. Met z'n zessen in de VWbus, plek zat en gezellig. Probeer het ook eens want die dingen zijn in 2024 weer in de productie en ze lijken ook nog exact op die producten van toen.

Overpeinzingen

== Het was me een weekje, lekker stemmen. Na de gemaakte keuze, 63% bleef thuis, niet vanwege het weer, nee, omdat ze van dat verhuisbedrijf in Brussel niet veel snappen. Er was keus uit nieuwe partijen die een opstapje moeten maken, anderen die je over de drempel probeerden te trekken en partijen die nog moeten beslissen met wie ze willen nadenken over "onze" toekomst. Links... rechts... het midden. Terwijl diverse knappe koppen probeerden ons wijs te maken hoe ons morgen er uit gaat zien, kon je ook kijken naar de oefenwedstrijd van het Nederlandse voetbalteam tegen Canada. Terwijl efee aandachtig staarde naar dat gedoe, kwam even dat beeld van die vreugdevolle dame van de BBB bij hem op. Efee zag direct het verband tussen Danny Blind en die partij. Ook hij zou erelid van die club kunnen zijn. Ook BBB oftewel... Blind Balletje Breed.

== Dat dorpse gebeuren. Efee is een beetje van de Fanfare en minder van de harmonie. Elkaar naar de mond praten, efee haat dat slappe gedoe. Laat een ieder in z'n waarde ... kan goed werken. Roeien naar dat overwicht... niet aan meedoen. Tegenwicht verplicht tot nadenken. Kost wat tijd en als je er hoofdpijn van krijgt.... stop dan even dat nadenken en

overweeg.

== op leeftijd..... steeds vaker een afscheid nemen....muziek doet efee aan vader denken....hij leefde slechts 47 jaren...hij zong in een mannenkoor....tijdens het afscheid ... Ave Maria ... Panis Angelicus..... lang geleden, toch verandert er weinig.

== efee iets opbeurends. Je weet, dat je oud aan het worden bent als de kaarsjes meer kosten dan de taart.

En tenslotte

De gemakkelijkste manier om het verschijnen van rimpels te verminderen, is je bril afzetten als je in de spiegel kijkt.

efee

ONS welzijn is op zoek naar jou!

EEN GOEDE BUUR(T)!

Samenleven in jouw buurt betekent volgens ONS welzijn ook samen zorgdragen voor elkaar in jouw buurt. Gewoon even binnenlopen bij iemand die alleen is, samen een kopje thee- of koffiedrinken, helpen bij een klusje of de boodschappen. Kortom omkijken naar elkaar en elkaar een handje helpen als dat wenselijk is. ONS welzijn is daarom een proef gestart met de "straatkaarten".

Leden Mutaties

van 16 mei tot en met 14 juni 2024

NIEUWE LEDEN, wij heten u van harte welkom!

Jan Suppers

Stinie Suppers - Verstegen

Ria Pittens - Sesink

Henrie Pittens

Elly Godding

Nelly Pennings - Pijnenborg

Paula Gnade - Straaijer

Marian van Loon - Blokx

Marietje Bloemers

Jan van Vilsteren

OPZEGGINGEN, wij danken hen voor hun steun !!

Mevr. De Leeuw - van Zogchel.

Hans v.d. Laak



In overleg met een inwoner verspreiden we een persoonlijke kaart met daarop de vraag. Deze kaart verspreiden we in de buurt van de inwoner. Je kunt deze kaart dan vinden in je brievenbus.

Hoe mooi zou het zijn als jij – juist in je eigen buurt of straat- iemand kunt helpen?

Afhankelijk van het aantal reacties op de vraag van de inwoner, gaat de

contactpersoon van ONS welzijn een gezamenlijke afspraak maken om het een en ander door te spreken. De contactpersoon van ONS welzijn helpt bij de opstart en vervolgens ga je of gaan jullie, samen met elkaar verder en helpen je of jullie deze inwoner een handje. (Je wordt dus geen vrijwilliger van ONS welzijn).

Hoe fijn is het als je iemand in je buurt of straat kunt helpen?!

Laten we voor elkaar zorgen en helpen, dat maakt het leven een stuk aangamer!

Vakantieweken



Activiteiten aanbod

Bingo—de Pas

Museum SIEMeí Veghel

*Rondleiding Noordkade
Veghel*

*Kunstlocatie Würth
's Hertogenbosch*

*Schoenenkwartier
Waalwijk*

Stadswandeling Grave

*Maasmeandertreintje
Megen*

KBO Heesch
Actief en
Inspirerend



*V.l.n.r. Frans Eijsink, Annie Fransen,
Theo Wingens, Mariet Jaspers, Jeanne
Verstegen en Bert Wijnen.*

U dient zich aan te melden via bijgevoegd inschrijfformulier, dat u kunt inleveren op maandagmiddag 8 juli tussen 14.00 – 15.00 uur en op dinsdagmorgen 9 juli tussen 10.00 en 11.00 uur in de CreaPas.

***Dit middenkatern van de
vakantiewekencommissie kunt
u losnemen en bewaren.***

Zondag 21 juli Bingo

De werkgroep “vakantieweken” gaat starten met een thuiswedstrijd en wel met een bingomiddag. Wij zorgen voor extra mooie prijzen en jullie voor de gezelligheid. Doe jij ook mee? Vanaf half 2 is de zaal open en alleen KBOHeesch leden mogen deelnemen.



Waar: SCC de Pas.

Aanvang: 14.00 uur

Kosten: € 6.00 per kaart.

Contactpersoon: Annie Fransen tel.06-10667278



Vrijdag 26 juli Museum SIEMei Veghel

SIEMei toont in haar museum uiteenlopende voorbeelden van authentieke voorwerpen uit het industriële, agrarische en culturele leven in de Meierij. De gids informeert je aan de hand van diverse historische machines en werktuigen over de technische ontwikkeling van de afgelopen eeuw. Ook de werkplaats waar gewerkt wordt aan restauratieprojecten is opgenomen in de rondleiding. Bij aankomst drinken we om te beginnen gezamenlijk een kop koffie met de groep die de rondleiding op de Noordkade gaat doen. Daarna gaan we met de afgesproken gids(en) mee – in ons geval dus de gids van het museum. Na de rondleiding, van anderhalf uur, is er alle tijd om zelfstandig rond te wandelen/winkelen en lekker eten.

Vervoer: eigen gelegenheid

Verzamelen: 14.00 uur bij de ingang van het museum SIEMei,
Verlengde Noordkade 8, 5462 EH Veghel.

Kosten: € 8,50 p.p. en € 5,00 voor de chauffeur.

Contactpersoon: Mariet Jaspers 0611425920

Vrijdag 26 juli

Rondleiding Noordkade Veghel

Samen met een deskundige gids ontdekken we de geschiedenis van de monumentale industriepanden op het voormalige CHV-terrein.

Dankzij de industriële architectuur is de Noordkade uitgegroeid tot een indrukwekkend terrein dat een speciale indruk achterlaat.

Bij aankomst drinken we eerst gezamenlijk een kop koffie met de groep die het SIEMei museum gaat bezoeken. Daarna gaan we met de afgesproken gids(en) mee – in ons geval dus de gids die de rondleiding geeft langs alle panden van het industrieterrein. Na de rondleiding (van anderhalf uur) is er alle tijd om zelfstandig rond te wandelen/winkelen en lekker eten.

Vervoer: eigen gelegenheid

Verzamelen: 14.00 uur bij de ingang van het museum SieMei,
Verlengde Noordkade 8, 5462 EH Veghel.

Kosten: € 8,50 p.p. en € 5,00 voor de chauffeur.

Contactpersoon: Mariet Jaspers 0611425920



Dinsdag 30 juli Kunstlocatie Würth – 's-Hertogenbosch



In het bedrijfspand van Würth is een kunstlocatie gevestigd waar een wisselende tentoonstelling van eigentijdse kunst te bewonderen is.

De Verzameling Würth bevat nu 95 kunstwerken van Horst Antes. In het naoorlogse Europa was hij één van de eerste kunstenaars die op zoek ging naar nieuwe, speelse mogelijkheden van de figuratieve schilderkunst. Een deskundige gids geeft uitleg over de kunstwerken, zodat alles voor iedereen begrijpelijk wordt.

Na de rondleiding is er nog gelegenheid tot het bezoeken van het distributiecentrum.

Vervoer: op eigen gelegenheid, fiets / auto 35 km retour

Verzamelen: De Brand Het Sterrenbeeld 35 's-Hertogenbosch

Start rondleiding: 14.00 uur

Parkeren: parkeerplaats bij het bedrijf

Kosten: €10,00 p.p. incl. koffie; evt. €5,00 voor de chauffeur

Contactpersoon Bert Wijnen tel. 0412455234..

KUNSTLOCATIE
WÜRTH
's-HERTOGENBOSCH

Vrijdag 9 augustus Schoenenkwartier Waalwijk

Gevestigd in een deel van het Oude Raadhuis krijgen we een uitstekende indruk van de ontwikkeling van de Schoen. Van toen tot de dag van vandaag. Een prachtig overzicht van het ontstaan van de schoen en zijn vormen. Een bezoek is zeer de moeite waard. Een stukje Brabantse geschiedenis die u niet mag missen.

We hebben geen gids afgesproken maar er zijn

voldoende vrijwilligers aanwezig om uw vragen te beantwoorden. Ook hebben we geen gezamenlijke pauze geregeld. U bent vrij om in het restaurant iets te gebruiken, wanneer u dat wenst.



Vervoer: eigen gelegenheid

Verzamelen: 14.00 uur bij de ingang

van het schoenenkwartier,

Raadhuisplein 1, 5141KG Waalwijk.

Parkeren: Taxandriaweg 4, 5141PA Waalwijk.

Kosten: 14,50 p.p. (bezitters van museumkaart gratis)

en € 7,50 voor de chauffeur.

Contactpersoon: Mariet Jaspers 0611425920

Dinsdag 13 augustus Stadswandeling Grave

Van oudsher staat Grave bekend om de voormalige Generaal de Bonskazerne, de vroegere blindeninstituten, de waterstanden beneden de sluis en de John S. Thompson-brug over de Maas. Wij willen je ook graag kennis laten maken met Grave als oude vestingstad met een rijke historie. We beginnen bij het oude stadhuis en wandelen langs verschillende monumenten en gebouwen o.a. Sint-Elisabethkerk, het strafpaard, de protestantse kerk, het Noorderblok (voormalige kazerne) en de Maaspoort.

De stadswandeling o.l.v. een gids begint om 14.00 uur bij het oude stadhuis en duurt ongeveer 1½ uur.

Vervoer: € 5,00 p.p

Kosten: € 6,50 p.p.

Contactpersoon: Jeanne Verstegen 0654994528



Donderdag 15 augustus Maasmeandertreintje Megen



Onder leiding van een gids gaan we met het maasmeandertreintje vanuit Megen de Maaskant verkennen.

We gaan rustig genieten van het stadje Megen. Daarna boemelen we over de dijken door het prachtige Maasgebied. Onderweg wordt er geen pauze ingelast. We verzamelen op het pleintje bij de Acropolis.

Vervoer: eigen gelegenheid

Verzamelen: 14.00 uur bij de Acropolis Broeder Everardusplein, 5366 BE Megen.

Parkeren: plein bij de Acropolis of op het Graaf de Brimeuplein (hoek Torenstraat/Willem Kippstraat) te Megen.

Kosten: €12,50 p.p. en
€ 5,00 p.p. voor de chauffeur.

Contactpersoon: Annie Fransen
0610667278



Bloemschikken in de zomer met Nicolien

Op verzoek van enthousiaste cursisten organiseert de KBO ook in de zomer een bloemschikochtend.

Deze keer gaan we een droogstuk maken (zie foto)



De cursus wordt begeleid door Nicolien Banken. Zij zorgt voor alle bloemen en materialen. Wat je zelf mee moet brengen, is een aardappelschilmesje en een tangetje om ijzerdraad door te kunnen knippen.

E.e.a. vindt plaats op **woensdagochtend 31 juli in zaal Travee B in De Pas in Heesch.**



Tijd: 9:30 uur - 11:30 uur.

Kosten: 20 euro. Koffie en thee zijn niet inbegrepen.

Je kunt je **aanmelden tot: 20 juli via: bloemschikken@kboheesch.nl.**

Graag je naam en telefoonnummer vermelden.



Indien je door omstandigheden niet aanwezig kunt zijn, meld je dan 1 week van te voren af, anders worden de onkosten in rekening gebracht.

Impressie Themamiddag



INLEVEREN KOPIJ INFO 8 - AUGUSTUS 2024

LET OP!! UITERLIJK WOENSDAG 10 JULI 2024 A.S.

E-MAIL NAAR:

REDACTIE@KBOHEESCH.NL OF

COMMUNICATIE@KBOHEESCH.NL

Unne-n-öllinge hof slække

Dees joor eest nog stik wæ ærger æs daander njörre. Overal ziede ze dur slijmerige spore aagter dur òn trekke. In mènne-n-hof òn de Sgònstroat, ziede niej anders. Gelukkig zen diej bisjes niej zoh rap, zoddæk ze nog wel gevange kan krèège. Dæ is grif nõddig, want ze vriite alles op. Ik dogt bemmenaège: "Tzen kræk Wijnens, want ze lusse alles. Thoeft niej lækker te zen, æst mar zat is". Kzèh van ut biologies tuinieren, umdörrum hek unne hof òn de Wijst.



Mar dees wier zelfs mèn te gortig. Ze vrate al men flodderbonne, men kolle, aardbeie, men tomate æn zællefs men tèrpul kòdøl op. Toen hekker te lange leste tøg mar bødde boerebont un deuske slækkekorrels tege diej bisjes gehòlt. Dæ ware biologiese, zenne ze.



Dæ konde goewt ziejn, want door ging gèniin slæk òn kapot. Ullaenuskes hek tøg mar un kwækske gifkorrels over ut laant gezaèjt. Dæ hielep stik wæ biiter. Vurrigende wiik zek naw kaèj gruts mèh munne-n-uurste durslag aardbeien op haws òn gedròlt. Kos de ons sgòn wir un por pötjes sjem vur van de winter make. Æn tzòh mèn niks nie verbaaze æster nog meer pötjes bèh komme. Toenk de foto van men aardbeiplante nor iin van men bruurs stuurde, kraèide diej: "De Hisse slække lusse òdòw aardbeie zeker niej...". Ik wòdder eigeluk un bietje mèh spiegele, mèh mun aardbeie, mar dæ kossiej niej goewt vilde denk. Dan begintiej duk un bietje te vraèle.

Tis wel opvallend, dæt allemòl van diej slække zen die nog gen höske op durre reug hen. Umdorrum hek naw ok nog sgòn bèh gedrage òn ut oplosse van de krappe wunnigmært.

Bært van Trientjes



Voor informatie en het maken van een afspraak: www.huisartsvancruchten.nl

Telefoon: 0412 - 451355.

Praktijkadres: gezondheidscentrum Ceres
Cereslaan 2C, 5384 VT Heesch

Gaat u op reis en bent u op zoek naar een gedegen en persoonlijk reisadvies over vaccinaties en malariapreventie?

Annemieke Boellaard, arts en reizigers-geneeskundige heeft al meer dan 10 jaar ervaring op dit gebied en helpt u snel en op maat.

Ook voor een rijbewijskeuring kunt u bij ons terecht.



Vijfdaagse K.B.O.-reis Bitburg.

Maandag 13 mei vertrokken wij welgemoed, precies op tijd en vol verwachting vanaf De Pas met een bus naar Bitburg in Duitsland.

We troffen het met onze vrolijke, volronde chauffeur, die er ook zin in had en veel wist te vertellen. Het weer was prachtig, zelfs warm, en voor we het wisten waren wij in Vaals bij het drielandenpunt voor een uitgebreide lunch. Eenmaal de grens over ging het landschap als een feest voorbij. Heuvels, glooiend, vol vers teer lentegroen, dwars door de Belgische Ardennen, intussen gezellig in gesprek met elkaar. De tijd vloog en weldra kwamen we aan bij ons bijzondere hotel. Het bleek een omgebouwd, gerenoveerd, voormalig soldatenonderkomen te zijn geweest in de tweede wereldoorlog. Nu prachtig uitgevoerd en smaakvol ingericht wel met een paar min puntjes bleek later. De warme maaltijd stond gereed en was werkelijk van een heel goede kwaliteit. Moe van de warme dag, genoten we van all-in drankjes en verdwenen naar onze kamers.

De volgende dag had de chauffeur het programma omgegooid i.v.m. de weersverwachtingen voor deze week. Na het ontbijtbuffet en het klaarmaken van je eigen lunchpakket ging het richting Cochem. Daar gingen we aan boord voor een vaartocht over de Moezel, met een verhaal over de kanalisatie van deze snelstromende rivier. Op het einde was er een verval van wel 5 meter.

's Middags stond er een wijnproeverij op het programma met uitleg over de wijnbouw ter plaatse in een echte cave: interessant en lekker. Vooral het Kasteel van Cochem, gelegen hoog op de rotsen, stal onze harten.

Op dag 3 kwam de regen, maar wij zaten droog en de chauffeur liet ons genieten van het prachtige landschap richting Luxemburg.

We bereikten Echternach met zijn oude, mooie klooster met resten van Sint Willibrord in de crypte. De kerk is in Romaanse stijl gebouwd, donker met prachtig gebrandschilderde ramen.

Onze chauffeur vond twee onderkomens om wat te gebruiken en een toilet voor de hoge nood. Iedereen moest zelf maar kijken hoe zijn lunchpakket verorberd kon worden, no problem: regen, regen...

Op dag 4 Bleef droog en de dagtocht ging naar Trier. De Romeinse stad van keizer Augustus. Een prachtige tocht met een treintje liet de stad zien en er werd van genoten. Via de schilderachtige route door het Moezeldal verliep deze dagtocht smetteloos en tot volle tevredenheid.

Het avondprogramma was leuk, maar wel erg luidruchtig omdat de ruimte eigenlijk te klein was voor zovelen.

Zo kwam de week ten einde.

Het terugwegprogramma viel in het water. De burcht, hoog gelegen, was niet te bezoeken. De regen belemmerde de kabelbaan, maar de chauffeur vond wel weer een mooie route richting Monschau, het romantische vakwerkstadje. Gelukkig vond hij een winkel vol natuurproducten zoals edelstenen en sieraden in grote en kleine maten. Zodoende konden we een souveniertje scoren.

En intussen regen, regen, stortbuien, mist, regen, regen.... Maar, een heerlijke lunch in Limburg maakte alles weer goed. Met veel uitbundig gezang bleef de sfeer goed en kwamen we op tijd voor het eiddiner aan in Thorn het witte stadje. De leiding en de chauffeur werden hartelijk bedankt en zo bereikten we voldaan Heesch, "het mooiste plekje!"

Ondanks een onderweg ziek geworden medereizigster, was deze reis een succes!!



Overzicht geplande dagtochten en reizen van de reiscommissie. Details van de reizen zijn te vinden op de website <https://www.kbo-heesch.nl/dag-en-busreizen/>

Datum	Soort/Prijs	Bestemming	Aanmelden voor	Opmerkingen
25 juli	Dagtocht € 51,50	Hilvarenbeek draaiorgelmuseum	1 juli	
16 september	Dagtocht € 72,50	Kerkdriel dinercruise	1 augustus	
8 oktober	Dagtocht € 27,50	Boskoop Lady's Day	1 september	
21-26 november	Meerdaagse € 527,50	Londen-Canterbury Kerstreis - halfpension	1 september	Toeslag € 80 voor éénpersoonskamer

Aanmeldingen voor de dagtochten via dagtochten@kboheesch.nl,
aanmeldingen voor de meerdaagse reizen via reizen@kboheesch.nl




De MooiBernheze Krant vraagt bezorgers

Voor de DeMooiBernhezekrant wordt eenmalig gevraagd om bezorgers die op 3, 10, 17 en 24 juli (of een dag later) de krant willen bezorgen. Voor 3 wijken van Heesch is de bezorging op die dagen moeilijk, omdat de vaste bezorgers op vakantie zijn en we (nog) geen vervangers hebben. Wellicht zijn er onder onze leden mensen die op één of meer van die dagen de krant willen rondbrengen. Het valt te combineren met de dagelijkse wandeling en feitelijk heeft men de gelegenheid om dat op woensdag of donderdag te doen. – het kan dus in gedeeltes. Het pakket kranten wordt door de uitgever thuis bezorgd, waarna men het zelf op een geschikt moment op woensdag of donderdag kan bezorgen. Er zijn drie wijken waar men nog bezorgers voor zoekt: omgeving Bachlaan, omgeving JF Kennedylaan en omgeving Beelandstraat. Afhankelijk van de grootte van de wijk en de afstand die gelopen moet worden is er een vergoeding van tussen de ruim 7 en ruim 12 euro per week beschikbaar. We zijn als KBO altijd blij dat de DeMooiBernhezeKrant onze nieuwtjes publiceert.


We hopen nu dat er een paar KBO-leden zijn die voor de verspreiding van dat nieuws gaan zorgen.

Kandidaat-bezorgers kunnen zich melden via

bezorging@bernhezemedia.com
of **telefoon 0412-795170**.



't Dorp 22E
HEESCH
0412 451523



DÉ FIETSWINKEL VOOR AL JE FIETSPLEZIER!

www.fietsplezierheesch.nl

f FIETSPLEZIER-MICHEL-VAN-DE-WETERING
 @ fietsplezier_heesch

Voltallig bestuur KBO



vlnr

- * Jack de Groot, * Tinie van Nistelrooij,
- * Wilma Slaats, * Carla Admiraal,
- * Ben Krooshoop, * Wil van Oorsouw



Lief en Leed - groep



vlnr

- * Maria Brouwers, * Nellie van de Wal,
- * Rieky van Heumen, * Ria Ploegmakers,
- * Jenny van Loon, * Riek van Venrooij,
- * Jan Ploegmakers en * Adri van Oss.

Verenigingsnieuws

Op deze pagina communiceren we over zaken die leven binnen de vereniging onder redactie van het bestuurslid Communicatie communicatie@kboheesch.nl of tel 06-53769369

** Vanuit het bestuur

De zoektocht naar aanvulling op ons bestuur gaat onverminderd door. Vooral nog blijft er een vacature openstaan voor Zorg en Welzijn. We hopen binnenkort hier te melden of we deze vacature kunnen gaan invullen.

** Algemene Leden Vergadering (ALV) van april 2024

Op de website en in de INFO is het verslag van onze laatste ALV geplaatst. Deelnemers aan de vergadering hebben nog een maand de tijd om te reageren op de (juistheid van de) tekst. Iemand die daar nog iets op wil aanvullen of corrigeren kan een mail sturen naar secretaris@kboheesch.nl. Als er geen opmerkingen binnenkomen vóór 1 augustus a. s. worden de notulen zoals ze gepubliceerd zijn vastgesteld.

** updaten ledenadministratie

Bij de jaarlijkse inning van de contributie ontdekte de penningmeester dat er een redelijk groot aantal leden is, waarvan de gegevens in onze ledenadministratie niet kloppen. Van sommige leden klopt én het emailadres én het telefoonnummer niet, waardoor deze leden moeilijk bereikbaar zijn voor het bestuur. Sommige leden zijn al vele jaren lid en hebben destijds hun vaste telefoonnummer doorgegeven; inmiddels hebben ze allang een mobieltje en is dat vaste nummer buiten gebruik geraakt. Anderen hebben een nieuwe internet-provider, zijn overgestapt van KPN naar Ziggo of naar de glasvezel, waardoor ze ook een ander emailadres kregen. In beide gevallen kan verzuimd zijn deze wijziging door te geven aan onze ledenadministrateur. We doen een dringend beroep op al onze leden om bij wijziging van telefoon of email dit ook te melden bij ledenadministratie@kboheesch.nl. Help ons om het ledenbestand up-to-date te

houden.

** aanvulling lief en leedgroep

Onze oproep van een paar maanden terug voor aanvulling van de lief en leedgroep heeft succes gehad. De groep is inmiddels versterkt met twee nieuwe leden. Jenny van Loon-Kluijtmans en Riek van Venrooij-Lagarde hebben hun intrede gedaan en meevergaderd op de bijeenkomst van de werkgroep. Dat gaf ons de kans om een nieuwe groepsfoto te maken. Uit de bijeenkomst kwam de wens naar voren om via INFO en nieuwsbrief nog een keer een oproep te doen aan onze leden om -als ze daarvan op de hoogte zijn- bij een van de leden van de werkgroep te melden als iemand (langdurig) ziek is, in het ziekenhuis ligt of heeft gelegen of bijvoorbeeld aan huis gekluisterd is na een val of vanwege herstel na een operatie. Graag namen doorgeven met het adres van betrokkene erbij.

** kopij INFO en nieuwsbrief

In verband met vervroeging van de inleverdatum van de drukproef voor de INFO zal ook de datum voor het inleveren van de kopij vervroegd worden. Iedereen die een artikel in INFO wil plaatsen moet rekenen op 2½ à 3 weken voordat de INFO wordt uitgedeeld door de INFO-bezorgers (als regel de laatste vrijdag van de maand). De digitale nieuwsbrief verschijnt halverwege de maand (als regel op de 15e) maar kent een minder lange productietijd. De inleverdatum voor kopij voor de nieuwsbrief is altijd uiterlijk de 10e van de maand. We willen vanaf nu die datum ook hanteren voor het inleveren van kopij voor de INFO en daarmee de inleverdata gelijktrekken. Indieners van kopij moeten er rekening mee houden dat een bericht voor de INFO langer onderweg is, dus wacht nooit te lang met ruchtbaarheid geven aan geplande activiteiten. Wie op de hoogte wil blijven van wat er leeft binnen KBO Heesch doet er goed aan zich -naast de INFO die bezorgd wordt- ook te abonneren op de nieuwsbrief; dat kan via het invulformulier op de website <https://www.kbo-heesch.nl/aanmelden-nieuwsbrief/>

** nieuw initiatief biljarters

Het bestuur van de biljartclub van KBO Heesch is van plan om een nieuwe groep te starten die aan de slag kan op de dinsdagavond. Het

idee is dat er misschien jonge senioren zijn die wel willen biljarten maar overdag (nog) niet kunnen, omdat ze verplichtingen hebben aan werk of oppas. Maar 's avonds een potje biljarten en met sportgenoten een praatje aan de bar zou wel kunnen passen. Na de zomervakantie gaan we ermee aan de slag, maar wellicht zijn er onder onze leden mensen die familie, vrienden of kennissen hebben in de leeftijdscategorie van 'jonge senioren', die belangstelling zouden kunnen hebben. Maak ze dan alvast attent op dit initiatief.

** Bestuursagenda

3 juli	Bestuursvergadering
17 juli	Themabijeenkomst bestuur

De Maaltijdservice SINDS 1972
LEKKERE EN GEZONDE MAALTIJDEN AAN HUIS

KOUDE

Verse maaltijden aan huis

Gratis bezorging door vrijwilligers

Tijd voor een praatje

Laagste prijsgarantie

Proeven is geloven!

Wilt u zeker weten dat onze maaltijden echt lekker zijn? Bestel dan geheel vrijblijvend en gratis een proefmaaltijd!

Bel voor meer informatie naar:
085 902 04 92

www.demaaltijdservice.nl
info@demaaltijdservice.nl

Contactgegevens

Wanneer u lid wilt worden van de KBO, uw lidmaatschap wilt opzeggen of wijzigingen in adresgegevens wilt doorgeven, gelieve u contact op te nemen met onze ledenadministrateur Wil Welling, tel. 0412 454560, e-mail: ledenadministratie@kboheesch.nl of via de website: www.kbo-heesch.nl/ledenadministratie.

Lidmaatschap bedraagt € 26,00 per jaar. Een gastlidmaatschap € 15,00.

Aanmeldingen na 1 juli 50%; na 1 november betaling volgend kalenderjaar.

Bestuur		
Wilma Slaats	voorzitter@kboheesch.nl	0412-452080
Tinie van Nistelrooij	secretaris@kboheesch.nl	0412-452626
Ben Krooshoop	penningmeester@kboheesch.nl	06-51676777
Carla Admiraal	algemenezaken@kboheesch.nl	06-53559042
Wil van Oorsouw	activiteiten@kboheesch.nl	06-55281255
Jack de Groot	communicatie@kboheesch.nl	06-53769369
Zorg en Welzijn	Vacature	

Ziekenbezoekgroep Lief en Leed

e-mail: liefenleed@kboheesch.nl

- * Ria Ploegmakers, tel. 06-83 39 84 57
- * Rieky van Heumen, tel. 06-38 94 07 01
- * Maria Brouwers, tel. 0412-453 450
- * Adri van Oss, tel. 06-20 53 15 25
- * Jan Ploegmakers, tel. 06-12 25 36 38
- * Nellie van de Wal, tel. 06-12089350
- * Jenny van Loon-Kluijtmans, tel. 06-37285064
- * Riek van Venrooij-Lagarde, tel. 06-22549380

Ondersteuning en praktische hulp en adviezen

Ouderenadviseurs van ONS WELZIJN

- Martien Smits 0412-452028
Mieke Driessen 0412-453177 / 06-40269765
Marianne van de Hulsbeek 0412-451463

Mantelzorgmakelaars

Regelzus: www.uw-mantelzorgmakelaar.nl
Hart voor mantelzorg: www.miriamdemol.nl

Belastinginvulhulpen KBO

- Jo van der Putten 0412-451859
Henny Gloudemans 06-55795940
Rikie van Herpen 0412-452698

Heesch durf te vragen (hulpdienst)

Aanvragen via app (06-12997409) of via mail vraag@samenheesch.nl

COLOFON:

INFO is een uitgave van KBO Afdeling Heesch.

Postadres KBO-Heesch:

Deken van de Cammenweg 38,
5384 LW Heesch

E-mail: communicatie@kboheesch.nl

E-mail: redactie@kboheesch.nl

Betalingen:

Rabobank nr. NL84RABO0120027119
t.n.v. penningmeester KBO Heesch.

Kamer van Koophandel Oost Brabant:
nummer 17122252.

06-36304503

06-29230650

KBO Heesch
Actief en
Inspirerend



WARM, STIJLVOL EN WAARDIG

Uitvaartverzorging van Lith

Mortuarium Oss, Heesch, Nistelrode en Herpen



Van Lith Uitvaartzorg

is een begrip in Oss, Bernheze en in de wijde omgeving. De jarenlange ervaring en onze zorgvuldige manier van werken brengen ons waar we nu staan.

Samen met mijn team van gemotiveerde medewerkers geef ik alle aandacht aan uw persoonlijke wensen, zodat u kunt blijven vertrouwen op de uitstekende dienstverlening die u van ons gewend bent.

Wim Muller

 DOCFALAAN 2, 5342 HZ OSS  0412- 623 173



WWW.UITVAARTVERZORGINGVANLITH.NL