

NIEUWSBRIEF JUNI/JULI 2019

Mierlo-Hout / Brandevoort / Helmond-West

Redactie: Hans van Knegsel

Email: redactie@kbo-stlucia.nlAdres: Hoofdstraat 70, 5706 AM; telefoon 0492 528198 Website: www.kbo-helmondstlucia.nl**VAN DE VOORZITTER,**

Beste mensen,

Heeft u zich al opgegeven voor onze zogenoemde vitaliteitsmetingen op 1,2 en 3 juli ?. Op 1 juli start dit initiatief van KBO- Brabant en wel bij de KBO-kring Helmond in wijkhuis de Geseldonk. U krijgt door de metingen zelf inzicht in de aspecten van uw leven en fysieke gesteldheid. De metingen staan centraal, maar verder wordt het vooral een leuke dag. Deelnemers krijgen een kopje koffie, gezelligheid, steun van vrijwilligers en er zijn meerdere jongeren betrokken bij het project. **Deelname is gratis.** U leest er meer over in dit "Kontakt".

Voor alle 80 plussers onder ons: vergeet u niet op te geven voor de 80 plus middag op 20 juni as. De activiteitencommissie is er weer in geslaagd een fijn programma voor u samen te stellen. Het doet me vervolgens deugd dat we met een nieuw "Senioren Vakantie Week comité" onze gebruikelijke Senioren Vakantie Week samen met Savant hebben kunnen organiseren. Voor veel mensen is dit altijd een fantastische week zeker als familie en vrienden dan op vakantie zijn. De aanmeldingsdagen staan vermeld in dit "Kontakt".

De onlangs opgerichte tuinonderhoud werkgroep voorziet in een behoefte zo zult u ook in dit "Kontakt" kunnen lezen. We hebben een van onze leden die haar tuin liet onderhouden geïnterviewd. Houdt u van tuinieren? Neem dan eens contact op met onze contactpersoon en sluit u aan bij ons team (zie het artikel) De werkzaamheden worden in goed overleg uitgevoerd.

U kunt deze keer genieten van een extra dik "Kontakt" met weer veel lezenswaardig heden. Redactie wederom bedankt! Het volgende "Kontakt" verschijnt weer begin augustus.
Piet Maas

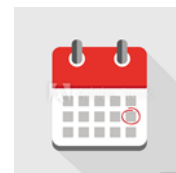
OVERLEDEN

De heer J.S.D. Smets

Onze gevoelens van medeleven gaan uit naar achterblijvende familie en vrienden. We wensen hen veel sterkte toe om dit verlies te kunnen verwerken.

AKTIVITEITEN JUNI/JULI

6 juni	10.00 uur	Bloemschikken (Geseldonk)
6 juni	13.00-16.00 uur	Repaircafé (Geseldonk)
6 juni	17.30 uur	KBO-Savantdiner (Alphonsus)
19 juni	13.30 uur	Computerinloop (Geseldonk)
20 juni	13.30 uur	80 plus middag (Geseldonk)
22 juni	13.00-16.00 uur	Repaircafé (Geseldonk)
26 juni	09.30 uur	Bestuursvergadering KBO-St. Lucia
1/2/3 juli		Vitaliteitsweek
4 juli	13.00-16.00 uur	Repaircafé (Geseldonk)
4 juli	10.00 uur	Bloemschikken (Geseldonk)
29 juli- 2 augustus		Senioren Vakantie Week



KOFFIEOCHTEND



Op **dinsdag 4 juni en dinsdag 2 juli a.s.** is er van **10.00 – 12.00 uur** de maandelijkse koffieochtend in wijkhuis de Geseldonk te Mierlo Hout. U kunt er gewoon gezellig buurten maar ook een kaartje leggen of een ander spelletje doen. Kom gerust eens aan. Er zijn ook altijd enkele bestuursleden aanwezig. Een kopje koffie/thee kost slechts € 0,50. U bent van harte welkom!

BLOEMSCHIKKEN



Op **donderdag 6 juni a.s. en donderdag 4 juli a.s. van 10.00-12.00 uur** is het weer bloemschikken in de Geseldonk. De prijs is 10 euro exclusief onderbord. Graag voor het bloemschikken van 6 juni een taartschaal of een rond bord meebrengen. U kunt zich tot de zaterdag voorafgaande aan het bloemschikken vóór 17.00 uur opgeven door een enveloppe met 10 euro, voorzien van naam adres en telefoonnummer in brievenbus Dr. Klompélaan 27 te doen of Brigitte te bellen: 06-12059942

Foto: bloemstuk dat op 4 juli gemaakt wordt

Hiervoor dient men een pot met grote opening mee te brengen. In augustus is er geen bloemschikken vanuit KBO maar kan men zich eventueel voor bloemschikken inschrijven bij de **Senioren Vakantie Week op woensdag 31 juli**. Volgende KBO bloemschik ochtend staat dus na de vakantie gepland op donderdag 5 september a.s..

REPAIRCAFE KBO-ST. LUCIA



Op **donderdag 6 juni a.s. en zaterdag 22 juni a.s. van 13.00-16.00 uur** en op **donderdag 4 juli a.s. van 13.00-16.00 uur** kunt u weer terecht bij het Repaircafé KBO-St. Lucia in de Geseldonk. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Adriaan van Veggel, vicevoorzitter@kbo-stlucia.nl of telefoon 0492-841112. Direct e-mailen kan ook naar: repaircafe@kbo-stlucia.nl

COMPUTERINLOOP



Heeft u kleine problemen met uw computer of tablet, of heeft u moeite met een bepaald programma, dan kunt u elke 3^e woensdag van de maand (voor juni is dat **woensdag 19 juni**) vanaf **13.30 uur** terecht in wijkhuis De Geseldonk, Cederhoutstraat 44.

IDEEËNBUS



Hebt u **ideeën** over wat KBO-ST. LUCIA voor u kan betekenen, of wat u samen met andere leden zou willen doen? Ideeën kunt u mailen naar redactie@kbo-stlucia.nl of secretariaat@kbo-stlucia.nl

Ideeën worden besproken in het bestuur en daarna gepubliceerd in "KONTAKT" om de belangstelling onder de leden te peilen.

Een idee?.....voor de dag ermee ☺ !!!:

BIJEENKOMST MET DE 80-PLUSSERS

Elke jaar organiseert KBO-St. Lucia een 80-plusmiddag voor onze leden. Dit jaar staat deze gepland op donderdag **20 juni a.s. van 13.30 uur tot 16.00 uur** in wijkhuis De Geseldonk.

Heeft u een partner die lid is van KBO-St. Lucia maar nog geen tachtig jaar is, dan is hij/zij natuurlijk ook van harte welkom.



U kunt genieten van live muziek van 'De vrolijke vijf' uit Maria hout en een voordracht van hetzelfde gezelschap Natuurlijk is er ook onze loterij met mooie prijzen!

De koffie met cake staat klaar. Verder worden u twee drankjes en twee hapjes aangeboden.

Dus kom op 20 juni allemaal naar de Geseldonk. Om 13.00 uur is de zaal open.

Aanmelden.

U kunt **zich tot 18 juni aanmelden** bij Elly Verhees: email: elly_verhees@hotmail.com of , telefoon: 06-14211433

DE SENIOREN VAKANTIE WEEK 2019



De Senioren Vakantie Week: Woonzorgcentrum Savant Alphonsus / KBO-St. Lucia 2019 is zoals eerder al aangekondigd **van maandag 29 juli t/m vrijdag 02 augustus 2019**. U kunt zich in Woonzorgcentrum Savant Alphonsus op onderstaande data inschrijven.

Woensdag	05 juni 2019	10.00 - 11.30 uur
Dinsdag	18 juni 2019	10.00 - 11.00 uur
Vrijdag	05 juli 2019	14.00 - 15.00 uur
Dinsdag	09 juli 2019	10.00 - 11.00 uur



Het inschrijfformulier trof u al aan in het "Kontakt" van mei.

Om u een indruk te geven van wat het allemaal inhoudt, geven wij u een overzicht van de activiteiten.

In Woonzorgcentrum Savant Alphonsus kan men rikken, jokeren, sjoelen, schaken, kienen, bridgen, bloemschikken, jeu de boules en vindt er een verwenmiddag plaats. Verder organiseren wij twee fietstochten. Een van een halve en een van een hele dag. Ook kunt u weer handboogschieten en midgetgolfen Voor de rolstoelers organiseren wij een workshop.

De bustocht gaat dit jaar naar Steyl.

Elke avond is er gelegenheid om deel te nemen aan gezamenlijke maaltijden, welke zeer gevarieerd zijn en die opgeluisterd worden met aangepaste muziek. Vrijdag 02 augustus is er een gratis muziekmiddag. Tevens worden dan de prijswinnaars van de activiteiten bekend gemaakt en wordt er die middag een Spectaculaire loterij gehouden.

De wens van het Comité is; doe allen actief mee en beperk u niet alleen tot deelname aan de diners. Voor enkele onderdelen geldt: VOL IS VOL.

Comité **SeniorenVakantieWeek**

REMINDERS



Lid werft lid. Een lid dat 5 nieuwe leden aanmeldt ontvangt een lunch bon ter waarde van € 25,-. De actie is gestart per 1 mei 2019 en duurt tot 1 november 2019. Als u een nieuw lid aanmeldt zorg er dan voor dat op het inschrijvingsformulier van het nieuwe lid Uw naam als "aanmelder" staat vermeld. Er zijn inmiddels alweer enkele nieuwe leden door een bestaand lid aangemeld.

Vooraankondiging De **najaarsreis** KBO-ST. Lucia 2019 is gepland voor donderdag **26 september 2019**. Meer informatie over de inhoud van de reis treft u in een van onze volgende nieuwsbrieven aan. TIP. Reserveer de datum alvast in uw agenda.



ONTSPANNINGSPROGRAMMA ALPHONSUS JUNI/JULI

Omdat we als KBO-St. Lucia ook met Savant Alphonsus samenwerken is het voor onze leden ook handig te weten hoe het ontspanningsprogramma van Alphonsus eruit ziet. Alle vermelde activiteiten zijn ook voor niet bewoners van Alphonsus te bezoeken. Het ontspanningsprogramma juni/juli van Alphonsus ziet er als volgt uit,

Juni:

Zaterdag 8 juni muzikale zingo met Kees Bo, **aanvang 14.30 uur**, entree is € 3,- Er zijn deze dag leuke prijsjes te winnen door de goede titel van het liedje te raden! Kees Bos verzorgd al 25 jaar deze middagen door heel het land en was ook op SBS6 te zien. U bent van harte welkom in restaurant "de Gasterij" van Alphonsus

Vrijdag 28 juni: Muziek als medicijn met Jo Naus, **aanvang 14.30 uur**. Muziek geeft een glimlach op je gezicht en dan voel je je meteen beter. Jo brengt een muzikale middag met lp's. Entree gratis.

Juli:

Zondag 14 juli muziekmiddag met Duo Jeb. **Aanvang 14.30 uur**, Entree gasten € 1,- Zing mee met de bekende liedjes in een gezellige omgeving

Vrijdag 26 juli muziekmiddag met Jeanne Verbeek, **aanvang 14.30 uur** Entree € 2,- Jeanne brengt met haar prachtige stem een mooi muzikaal programma. Kom gerust een luisteren!

Van 29 juli tot 2 augustus de Senioren Vakantie Week (zie eerdere aankondiging).

WILT U UW TIJD OOK ZINVOL BESTEDEN?

Zo rond het moment dat je echt met pensioen gaat, en uiteraard ook als je al geruime tijd met pensioen bent krijg/heb je tijd om dingen te doen die jij leuk vindt. In deze nieuwe levensfase ga je mogelijk na het aanvankelijke vakantiegevoel toch nadenken over jouw positie en nut in de maatschappij. En hoe wil je verder: ga je van deze vrijheid alleen maar profiteren of wil je nog wat betekenen voor de gemeenschap?

Velen overwegen dan om nog actief te blijven als vrijwilliger en zoeken een mogelijkheid om dit te verwezenlijken. U zult er misschien niet direct aan denken en als u dat wel doet bekruip u mogelijk het gevoel van " is dat nou iets voor mij"? "deelnemen aan of ondersteunen van het bestuur van KBO- St. Lucia"

Ook ondergetekende heeft een paar jaar geleden zichzelf die vraag gesteld. "Dag in dag uit in de tuin werken of vele dagen in de week met de renfiets weg en verschillende keren per jaar op vakantie " is voor een tijdje wel leuk maar geeft me uiteindelijk toch geen voldaan gevoel" dacht ik. "En hoe ga ik ook s' winters een nuttige en leuke tijdsbesteding vinden" ? Toen ik iedere keer die advertenties "Bestuursleden gevraagd" in het Kontakt zag dacht ik "laat ik eens met de voorzitter van KBO-St. Lucia contact opnemen.



Misschien kan ik wel iets doen voor die vereniging. en willen ze gebruik maken van de kennis en kunde die ik heb.

Toen ik een keer een bestuursvergadering meemaakte en voelde hoe welkom ik was en wat voor een prettige sfeer er binnen het bestuur was (en nog is ☺) heb ik aangegeven me graag te willen inzetten voor de vereniging. Inmiddels ben ik nu twee jaar bestuurslid van KBO-St. Lucia.

Wat heeft mij dat gebracht?:

- afwisselend vrijwilligerswerk in een plezierige sfeer;
- een zinvolle vrijetijdsbesteding;
- samenwerken met fijne mensen;
- diverse cursusmogelijkheden;
- veel voldoening.

Misschien heeft u zichzelf ook weleens de vraag gesteld of een bestuurs-of andere functie bij KBO-St. Lucia iets voor u is. Aarzel dan niet en kom eens kijken tijdens een bestuursvergadering. Neem gerust contact op met Piet Maas onze voorzitter. U krijgt er geen spijt van!

Met vriendelijke groet,

Hans van Knegsel, bestuurslid PR en Communicatie.

LEDENZORG

Kent u een lid dat ziek is? We horen graag van u of u iemand van KBO-St. Lucia kent die ziek is of in het ziekenhuis verblijft. Deze persoon kan dan door een van onze vrijwilligers (**ook mannen zijn als vrijwilliger welkom ☺**) van de ledenzorg een bezoekje gebracht worden wat altijd erg op prijs gesteld wordt. U kunt onze coördinator ledenzorg Minie van Kilsdonk bereiken onder a.vankilsdonk3@chello.nl; Tel. nr. 0492-543878.



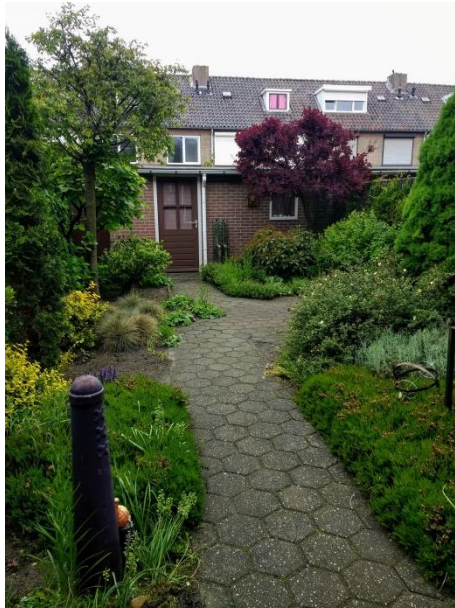
Belafspreek. Wie denkt er wel eens "als mij s' nachts wat overkomt en ik ben niet [meer] in staat om hulp in te schakelen wat dan?" Zeker nu de vakanties voor de deur staan is er ook even een stukje sociale controle weg. Misschien een **tip** om met mensen die u kent s' morgens een bel afspraak te maken of u al veilig aan een nieuwe dag bent begonnen!!!!

Wist u dat

- als u slecht ter been bent, u gratis door een van onze vrijwillige chauffeurs kunt worden opgehaald om naar een van onze activiteiten te komen. U hoeft slechts contact op te nemen met de coördinator Minie van Kilsdonk: telefoon: 0492-543878 of een emailtje sturen naar: a.vankilsdonk3@chello.nl;
- als uw inkomsten flink gedaald zijn u wel eens in aanmerking zou kunnen komen voor de voedselbank? U zou dan eens contact op kunnen nemen met afdeling Sociale Zaken Helmond, telefoon: 140492,
- er een landelijke luisterlijn bestaat die dag en nacht een luisterend oor biedt voor iedereen die ergens mee zit of als u iets leuks kwijt wil en er is niemand in de buurt om dit te delen. telefoon 040 21255660.

“WAT EEN FANTASTISCH INITIATIEF VAN KBO-ST. LUCIA”

Dat waren de woorden van een van onze oudere leden die we (Anton Kleijne en Hans van Knegsel (redactie)) onlangs hebben geïnterviewd naar aanleiding van de onderhoudsbeurt die onze werkgroep “Tuinonderhoud” haar tuin had gegeven.



We hebben het desbetreffend lid willen interviewen om een indruk te krijgen of ons initiatief van “Tuinonderhoud voor onze oudere leden” in een behoefte voorziet.

In de nieuwsbrief van maart hebben we kenbaar gemaakt een Tuinonderhoud werkgroepje te willen beginnen voor leden die vanwege hun gezondheid zelf niet meer in staat zijn hun eigen tuin (tje) te onderhouden. Soms is het niet meer kunnen onderhouden van je eigen tuin een reden om te moeten verhuizen, terwijl je eigenlijk gewoon in je huidige huis zou willen blijven wonen.

“Toen ik jullie artikel las dacht ik meteen ja dat is nou eens een fantastisch initiatief van KBO-ST. Lucia. Ik woon al 55 jaar zeer tevreden in dit huis dat fijn is aangepast (traplift, drempel hulp, inlooptouche ed.) aan mijn behoefte. Ik kan niet meer zonder rollator lopen waardoor ik niet meer in staat ben om mijn tuin te onderhouden. Het inhuren van een

officiële tuinman kan ik niet betalen. Dus wat was ik blij toen ik jullie oproep las”.

“Inmiddels heeft Anton (van de KBO-St. Lucia werkgroep tuinonderhoud) de tuin een onderhoudsbeurt gegeven zodat die er weer een tijdje tegen kan” aldus mevrouw, die zeer tevreden was over hoe alles gegaan is.

Op mijn vraag aan Anton tijdens dit interview hoe e.e.a. gegaan was vertelde Anton: “Mevrouw heeft mij gebeld met de vraag of ik haar tuin een onderhouds- beurt kon geven. Ik heb



haar diezelfde week nog bezocht om te kijken wat er gedaan moest worden. Toen ik vaststelde dat een onderhoudsbeurt nodig was en de klus te doen was heb ik met mevrouw een afspraak gemaakt.

Diezelfde week heb ik de tuin een onderhoudsbeurt gegeven. Alles bij elkaar ben ik ongeveer 3,5 uur bezig geweest.



Inmiddels heeft Anton al drie tuinen onderhouden en een vierde KBO-St. Lucia lid heeft zich al aangemeld voor een onderhoudsbeurt van haar tuin. “Ik ben ook naar iemand toe geweest die nog niet gepensioneerd was, een zeer grote tuin had maar die geen tijd had om hem zelf te onderhouden. Voor dit soort situaties hebben we de werkgroep niet opgericht.

Wat we ook niet kunnen doen is een totaal verwaarloosde tuin helemaal weer piekfijn in orde maken. De tijd om dat te doen hebben we niet. Het is immers vrijwilligerswerk. Het wordt anders als iemand die zijn verwaarloosde tuin een keer weer grondig laat opknappen door bijvoorbeeld een tuinman en ons voor de onderhoudsbeurten daarna weer inschakelt.”

“Een punt van aandacht “aldus Anton “is dat ik het nu nog alleen doe. Het zou prettig zijn als ik het met twee of drie man/vrouwen zou kunnen doen zodat we het werk mooi kunnen verdelen en het voor iedereen leuk blijft”.

Oproep. “Bij deze doe ik dan ook een oproep aan onze leden die tuinieren leuk vinden en samen met mij dit dankbare werk willen doen. Neem gerust met mij, Anton Kleijne, contact op via telefoon: 06-17449725 of via email : hennykleyne@hotmail.com .

Kosten. Omdat er volledig wordt gedraaid met vrijwilligers brengt de onderhoudsbeurt geen kosten met zich mee. Wel wordt een bijdrage in de vorm van een vrijwillige gift op prijs gesteld als tegemoetkoming in de kosten (voor bijvoorbeeld aanschaf tuingeredschap).

De redactie.

MOGEN WIJ OP U REKENEN?



Kansrijk Mierlo-Hout

Omdat de wijkraad en andere instanties in Mierlo Hout zich met name zorgen maken om maatschappelijke problemen rond armoede, mantelzorg en laaggeletterdheid, is de wijkraad recent begonnen met Kansrijk Mierlo- Hout. In overleg met onder meer de woningbouwcorporatie, KBO-St. Lucia , de parochie en de voetbalclub willen we onderzoeken welke problemen er zijn, wat mensen nodig hebben en hoe we dat kunnen regelen.

Elke maandagochtend van 9.30u tot 11.30u is er een “samenloop” georganiseerd in De Geseldonk. Dit is een ontmoetingsmoment voor iedereen, voor wat gezelligheid en een praatje. Je kunt er ook terecht voor informatie, bijvoorbeeld over voorzieningen op het gebied van zorg en welzijn of gezellige activiteiten in de buurt. Op alle vragen en wensen hebben we een antwoord. En er is altijd wel iets te doen. Gewoon even binnenkomen is ook leuk. Er is een luisterend oor voor iedereen. Ben je minder mobiel of zoek je een maatje die langskomt? Neem contact met ons op via kansrijk@wijkraadmierlo-hout.nl

Opvang licht dementerenden.

In 2016 is in wijkhuis De Geseldonk gestart met de opvang van licht dementerenden gedurende 1 dag per week. Nu is dat al uitgebreid tot twee dagen. Het is bedoeld als verlengstuk van de eigen huiskamer. Vandaar dat de gezellig ingerichte ruimte ook de “Huiskamer” genoemd wordt. Het doel is om de gasten zo lang mogelijk actief te houden door middel van diverse gezellige activiteiten en om de mantelzorgers een vrije dag te bezorgen, waardoor zij hun accu weer enigszins kunnen opladen.

Ontlasten mantelzorgers

In het kader van “Kansrijk” zouden we de “Huiskamer” ook willen inzetten om ouderen te ontlasten, die nu dagelijks als mantelzorger actief zijn. Wijkraad Mierlo – Hout wil zich inzetten om de uitbreiding van deze dagopvang te realiseren op woensdag en mogelijk de dinsdag. Hiervoor zijn we **op zoek naar enthousiaste personen** met geduld en een “warm” hart. Hebt u een verzorgende achtergrond of ervaring met de omgang met mensen die extra zorg nodig hebben en wilt u uw medemens helpen, dan zouden wij graag met u in contact komen. Mocht u deze achtergrond niet hebben, dan kunt u ook reageren, omdat Savant (Alphonsus) graag bereid is om vrijwilligers bij te scholen. Ook de **professionele begeleiding** berust bij Savant.

De bezigheden zijn zeer divers. Denk hierbij o.a. aan wandelen, gezelschapsspelletjes doen, bijlarten, bloemschikken, samen boodschappen inkopen, bakken, handwerken en heel belangrijk is het voorbereiden van de gezamenlijke lunch, waarbij de gasten zelf de verse soep klaar maken, tafeldekken en opruimen. Als **deze wijze van “zorgen”** u aanspreekt, dan kunt u zich opgeven door een mail te sturen naar Jan Drouen, voorzitter@wijkraadmierlohout.nl Hij neemt dan zo spoedig mogelijk contact met u op. **Alvast hartelijk dank.**
Kansrijk Mierlo Hout.

UITSTAPJE WANDELCLUB KBO-ST. LUCIA



Op dinsdag 30 april vond het jaarlijkse uitstapje van de wandelclub plaats. Het was bewolkt weer maar later op de dag kwam er meer zon. Om 10:30 uur vertrokken we met 17 personen en 4 auto's naar Eethuis 't Veen in Helenaveen. Bij aankomst werden we ontvangen met appeltaart of aardbeienvlaai en koffie.

De bestelling van het menu voor de avond werd opgenomen zodat de kok alvast de voorbereidingen kon treffen. Dit was een goed begin van de wandelmiddag.

We vertrokken om 12:20 uur voor een kort ritje naar de parkeerplaats van Mariapeel.

Hier parkeerden we de auto's en begon de korte wandeling van 3,5 km. door het Broomeerbos. Het was een prachtig gebied met de ontluikende natuur en het zonnetje erbij. Bij terugkeer op de parkeerplaats om 13:30 uur werd de meegenomen lunch genuttigd.

Vervolgens gingen we om 14:00 uur wandelen door het Mariaveen (6 km.). Een moerasgebied met meertjes.



In opperbeste stemming met af en toe een lekker zonnetje liepen we over de gebaande wandelpaden en stonden regelmatig stil om te kijken naar speciale planten en insecten.

Na het oversteken van het Defensiekanaal volgden we de Kanaalweg.

Het was niet meer mogelijk om terug te wandelen naar de parkeerplaats.

Alle oversteekplaatsen waren afgezet met hekwerk. Dus waren we genooddaakt over de verharde weg terug naar Helenaveen te lopen. Twee chauffeurs hebben de oversteek door de Mariapeel gemaakt om bij de auto's te komen en daarna de andere chauffeurs op te halen.

Al met al hebben we wel 11 km. gelopen en waren omstreeks 16:30 terug bij het Eethuis..



Eerst werd een rondje van de KBO gegeven en daarna was het tijd om te gaan eten. Dit smaakte heerlijk zeker na een hele dag wandelen in de natuur. Iedereen was zeer tevreden over de kwaliteit van het eten en liet het zich dan ook goed smaken. Voldaan gingen we daarna terug naar huis.

Het was een geslaagde dag mede door het droge en zonnige weer en de gezelligheid onder elkaar.

Martien Verstijnen

NIEUWS VAN DE KBO-KRING HELMOND



De Week voor de Ouderen



Na alle blijde gezichten van onze bezoekers van het afgelopen jaar organiseert Museum Helmond dit jaar voor de tweede keer “De Week voor de Ouderen”. Van 27 t/m 30 augustus stellen wij ons prachtige **Kasteel Helmond open voor ouderen**.

Voor een gereduceerd tarief ontvangen wij onze gasten met een kopje koffie of thee met een plak cake waarna zij, met hun begeleider, op eigen gelegenheid de grootste waterburcht van Nederland bezoeken.

Op iedere verdieping staan kasteelvrouwen klaar die vertellen over de rijke geschiedenis en de gasten meenemen naar de mooiste plekken in het kasteel.

Daarnaast is de expositie ‘Heksenjacht in Peelland’ zeer de moeite waard om te bezoeken. Als service staat er voor de ouderen en begeleiding, van 11.00 – 15.00 uur **een lunchbuffet** klaar waarvan de gasten onbeperkt gebruik kunnen maken. Dit bestaat uit een kopje dagverse soep, zachte broodjes met ham en kaas en een bekertje yoghurt als nagerecht. Na het bezoek aan het kasteel trakteert Museum Helmond op een **heerlijk drankje** in ons gezellige Kasteelcafé waar de gasten naar hartenlust kunnen napraten over hun ervaringen en waar de mogelijkheid is om andere gasten te ontmoeten.

Kasteel Helmond is volledig rolstoeltoegankelijk (voor gewone rolstoelen) en ingericht op oudere bezoekers. Daarnaast zijn er voldoende medewerkers aanwezig die meehelpen bij onder andere de rolstoelliften. De gasten kunnen voor de deur worden afgezet, voor het vervoer wordt een parkeeronthefing geregeld.

Deelnamekosten zijn €11,50 per persoon. Dit is inclusief entree, gids, koffie/thee met cake en een drankje. Begeleiders betalen geen entree. Voor deelname aan het lunchbuffet rekenen wij €5,00 per persoon. **Aanmelden kan via www.museumhelmond.nl**

Vitaliteitsdagen



De Helmondse vitaliteitsdagen waar we al eerder informatie over verstrekt hebben, vinden plaats op 1, 2 en 3 juli in de Geseldonk.

De volgende metingen zijn daar **gratis** beschikbaar voor senioren (leden en niet-leden van KBO Kring Helmond en PVGE Helmond):

1. meten van lengte, gewicht, knijpkracht, hartslag;
2. meten van onder andere stabiliteit, mobiliteit, flexibiliteit en kracht aan de hand van 7 verschillende tests;
3. zes minuten wandeltest;
4. informatie en een goed gesprek over eten en drinken;
5. praktische metingen ogen en oren;
6. groepsgesprekje over 'het leven';
7. eindgesprek en tips.



Mensen die mee willen doen moeten zich van tevoren aanmelden. U krijgt dan een tijdstip toegewezen waarop u, met maximaal twee mensen tegelijk, de metingen kunt volgen. U kunt zich dus opgeven samen met een partner of vriend/vriendin. Houdt u er rekening mee dat u in totaal ca. 2 uur bezig bent met de metingen. U kunt aangeven als u bepaalde dagdelen (voor- of na de middag) echt niet beschikbaar bent.

Data: 1, 2 en 3 juli 2019

Locatie: De Geseldonk Mierlo-Hout

Tijdstip: Dagelijks van 10.00 – 17.00 uur.

Aanmelden. Om mee te doen moet u zich aanmelden. U krijgt dan een bevestiging met het tijdstip waarop u bent ingedeeld. U kunt zich met twee mensen tegelijk aanmelden. Om mee te doen hoeft u geen lid te zijn van de KBO of PVGE. **Aanmelden kan per e-mail naar voorzitter@kbo-kringhelmond.nl of bel de gevraagde gegevens door naar Piet Maas, tel. 0492-534876.** De gevraagde gegevens zijn: Naam, e-mailadres telefoonnummer, KBO-afdeling en de dagen dat u echt niet kunt. Ook als u zich als vrijwilliger (alleen voor deze 3 dagen) wilt opgeven kunt bij met Piet contact opnemen.

VERSLAG VOORJAARSREIS 24 MEI 2019.

Ook dit jaar was er weer een voorjaarsreis gepland.

Dit keer had de activiteitencommissie een "Reisje op de Rijn" georganiseerd. Om iets over half 9 vertrokken we met een lichte verfrissing vanuit Mierlo-Hout naar Brandevoort om daar ook nog enkele mensen op te halen. Daar bleek dat we in onze bus enkele plaatsen tekort kwamen en er 3 mensen met Toon Verhees in de auto mee moesten rijden. Dat was geen enkel probleem en het was heel gezellig bij Toon in de auto.

In Soerendonk was onze eerste stop. Bij Partyservice Antoine genoten we van een heerlijke kop koffie en een lekker stuk vlaai.



Daarna verder naar Altenahr waar er voor ons een mooie koffietafel werd geserveerd.

Onderweg genoten we van het mooie landschap en de mooie uitzichten. Er werd in de Spiegelzaal van Hotel Lang genoten van de lekkere broodjes, salades etc. om na een uurtje weer te vertrekken naar Remagen waar de Rondvaartboot Theresia al klaar lag.



Na allemaal opgestapt te zijn ging het van Remagen naar Linz om daar om te draaien naar Königswinter. Een prachtige boottocht met mooie natuur om ons heen, uitzicht op de Drachenfels, met ook nog eens een stralende zon. Het was dus genieten op het bovendek.



In Königswinter werd het nog even spannend want het was nog maar de vraag of de bus onder het spoortunneltje door kon, maar onze zeer kundige chauffeur lukte het met vakkundige precisie. Daarna weer op de terugweg naar Thorn

waar een 3-gangendiner op ons wachtte. In de auto van Toon werd lekker meegezongen op de Helmondse schlagers van Kiele Kiele. wat wel lukte met al die zangervaring in de auto.



Bij restaurant "Aod Thoeur" stond men al op ons te wachten. De buikjes werden weer rond gegeten met lekkere groentesoep, een heerlijke schnitzel met verschillende soorten groenten, gebakken aardappeltjes, frietjes, een heerlijke koolsalade en appelmoes en een heerlijk ijsje als dessert.

Na een uurtje werd weer met de terugreis begonnen en werd iedereen weer bij de opstapplaats afgezet. Een prachtige dag met ook nog eens mooi weer.

Een woord van dank is op zijn plaats aan al degenen die zich ervoor ingezet hebben om ons allemaal een mooie dag te bezorgen.

Frits van Bussel.

HEEFT U HULP NODIG?



Heeft u hulp nodig? Denk daarbij aan bijvoorbeeld hulp bij het invullen van uw belastingformulier, WMO-cliënt ondersteuning, hulp van een Vrijwillige Ouderen Adviseur, Rijbewijskeuring door een keuringsarts etc.. Stuur dan een e-mailtje naar e-mailadres info@vboh.nl of bel 0492-792392.

AANLEVEREN KOPIJ

Heeft u een leuk verhaal dat u met ons wilt delen, stuur het dan op naar de redactie: redactie@kbo-stlucia.nl of handgeschreven naar Hoofdstraat 70, 5706 AM, Helmond. S.v.p. **vóór 29 juli 2019** inleveren/opsturen en ik plaats het in onze nieuwsbrief "Kontakt."

Wilt u niet langer lid blijven van KBO-St. Lucia, wat wij zeer betreuren, dan kunt u opzeggen bij de ledenadministratie.

Ondersteuning

Ledenadministratie: Jan Sniijders
telefoon: 0492 474555
email: ledenadminstratie@kbo-stlucia.nl

Ons-bezorging: Martien Verstijnen
telefoon: 0492 524626
email mverstijnen@hotmail.com

Ledenzorg en maatschappelijke inzet: Minie van Kilsdonk
a.vankilsdonk3@chello.nl Tel. nr. 0492-543878

Beheerder website: Hans van Kneegsel email: webmaster@kbo-stlucia.nl

Dagelijks bestuur

Voorzitter: Piet Maas
telefoon: 06 22374593
email: voorzitter@kbo-stlucia.nl

Secretaris: Joke van de Moosdijk
telefoon: 06 30853736 email: secretariaat@kbo-stlucia.nl

Penningmeester: Rinus van Weert
telefoon: 06 54305000
email: penningmeester@kbo-stlucia.nl

Vicevoorzitter: Adriaan van Veggel
telefoon: 0492 841112 / 06 28085461
email: vicevoorzitter@kbo-stlucia.nl

WEERSPREUKEN JUNI/JULI



Juni meer droog dan nat, vult goede wijn het vat.
Hoort ge in juni de donder kraken, dan maakt de boer vast goede zaken.
De wakkere hooimaand geeft de zeisen, de maaier in de hand met vlijt,
daar lege schuren hooi vereisen, om het vee te voeden in wintertijd.