

NIEUWSBRIEF MAART 2019

Mierlo-Hout / Brandevoort / Helmond-West

Redactie: De heer Hans van Knegsel

Email: redactie@kbo-stlucia.nl

Adres: Hoofdstraat 70, 5706 AM; telefoon 0492 528198 Website: www.kbo-helmondstlucia.nl

VAN DE REDACTIE,

Beste mensen,

Op het moment dat deze maartse nieuwsbrief gemaakt wordt, trekt de carnavalsoptocht hier op 't Hout voorbij. Carnavalsmuziek, gezelligheid, en saamhorigheid daar ligt tijdens het carnaval de focus op Een mooie tijd van het jaar om tot bezinning te komen. De narcissen, blauwe druifjes, sneeuwkllokjes en krokussen steken hun kopjes weer boven de grond uit. Het maakt vele tuinen weer vrolijk en fris. Om die tuintjes goed bij te houden is voor sommigen van u misschien een hele opgave. Misschien kunnen we als KBO-St. Lucia daar wel wat aan doen. U leest er straks meer over.

Maart is ook de maand van onze jaarlijkse ledenvergadering. Mis deze en ook het informele gedeelte met Wim Daniels als spreker niet. In deze editie van "Kontakt" treft u onder andere in een overzicht al onze terugkerende activiteiten aan. Bijna iedere dag van de week is er wat te doen voor u. Tip: knip het overzicht uit en hang het ergens op. Altijd gemakkelijk!

Als u moeilijk ter been bent en u wilt toch een van onze activiteiten bijwonen neem dan contact op met de coördinator ledenzorg Minie van Kilsdonk. Zij zorgt er dan voor dat u gratis naar de activiteit vervoerd wordt door een van onze vrijwillige chauffeurs. Op de laatste pagina van deze nieuwsbrief vindt u de contactgegevens van Minie van Kilsdonk (Ledenzorg).

Zoals u zult bemerken tijdens het lezen van dit "Kontakt" krijgt u weer een schat aan informatie en leuke activiteiten voorgeschoteld waar u aan deel kunt gaan nemen actief of passief. Veel leesplezier toegewenst.

Hans van Knegsel.

WELKOM AAN ONZE NIEUWE LEDEN



Mevrouw J.F.M. van Eemeren, de heer J.J.A.M. Giepmans, de heer F.J. van de Moosdijk, mevrouw M. van der Heijden-Peetoom.

Wij verwelkomen de nieuwe leden van harte en hopen u binnenkort op één van onze bijeenkomsten te mogen begroeten.

OVERLEDEN



Mevrouw A.M.A. Nooijen- van Daal, de heer J.A. Hesius

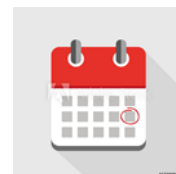
Onze gevoelens van medeleven gaan uit naar achterblijvende familie en vrienden. We wensen hen veel sterkte toe om dit verlies te kunnen verwerken.

REMINDER

Noteer alvast in uw agenda.

De **SeniorenVakantieWeek 2019**, georganiseerd door Savant Alphonsus en KBO-St Lucia, vindt plaats van: **maandag 29 juli t/m vrijdag 02 augustus 2019.**

AKTIVITEITEN MAART/APRIL



18 maart	10:00-11:00 uur	Inschrijven KBO- Savantdiner (Alphonsus)
19 maart	14:00-15:00 uur	Inschrijven KBO- Savant diner (Alphonsus)
20 maart	13.30 uur	Computerinloop (Geseldonk)
21 maart	13.30-16.00 uur	Jaarvergadering leden (Geseldonk)
28 maart	13.00-16.00 uur	Repaircafé (Geseldonk)
28 maart	17.30 uur	KBO-/Savantdiner (Alphonsus)
2 april	10.00 uur	Koffieochtend (Geseldonk)
2 april	13.30 uur	Start Jeu de Boules seizoen
3 april	13.30 uur	Openingsrit Fietsclub
4 april	10.00 uur	Bloemschikken (Geseldonk)
11 april	13.00-16.00 uur	Repaircafé (Geseldonk)



TERUGKERENDE ACTIVITEITEN

- Maandag** **Sjoelen** (groep 1) van 14.00-15.30 uur. Coördinator: Dinie Jeuken: 0492 522726, e.jeukenvandekerkhof@chello.nl
Wandelen (groep 1, het hele jaar door) lengte 10 km; start 18.45 uur. Coördinator: Jo Beelen, 0492 550286, j.beelen74@upcmail.nl
Seniorenkoor van 14.00-15.45 uur. Coördinator: Wout van Vlerken 0492 536374, woutvlerken@gmail.com
- Dinsdag** **Jeu de Boules** (vanaf de 1^e dinsdag in april tot de laatste dinsdag in september) van 13.30-16.30 uur. Coördinator: Piet Hermans, 06 55818140, p.hermansvanaerle@upcmail.nl
Sjoelen (groep2) (van oktober tot april) van 14.00-16.30 uur. Coördinator: Dinie Jeuken, 0492 522726; e.jeukenvandekerkhof@chello.nl
Schilderen (groep1) 13.30-16.30 uur; locatie: Fysioruimte Alphonsus. Coördinator: Mieke Wildenberg: 06 48353764, info@webtweets.nl
Koffieochtend (iedere 1^e dinsdag van de maand) van 10.00-12.00 uur. Coördinator: Adriaan van Veggel, 0492-841112, 06 28085461 a.vanveggel@brandevoort.nu
- Woensdag** **Schilderen** (groep2) van 13.30-16.30 uur, locatie Fysioruimte Alphonsus. Coördinator: Mieke Wildenberg, 06 48353764, info@webtweets.nl
Etentje buiten de deur (vanaf de 2^e woensdag in oktober t/m de 2^e woensdag in maart), aanvang 13.30 uur in de Barrier. Coördinator: J.P.M. Geubbels, 0492 535392 of 06 29155998 email: j.geubbels@oulook.com.
Fietsen (fietsgroep 1) **wekelijks** een middagtocht van ca. 30 km, vertrek 13.30 uur. Eens per maand een dagtocht van ca. 60 km, vertrek 09.30 uur. Coördinator: Martien Verstijnen, 0492 524626, mverstijnen@hotmail.com
Fietsen (fietsgroep 2): deze groep fietst met trapondersteuning), wekelijks een middagtocht van ca.36 km, vertrek: 13.00 uur. Eens per maand een dagtocht van ca.60 km, vertrek 09.00 uur. Coördinator: Jan van Ginkel, 0492 549003; 06 24476884; vginkelj@gmail.com
Wandelen (groep2 van november t/m maart) lengte 7 km, vertrek 13.30 uur: Coördinator: Jo Beelen: 0492 550286, j.beelen74@upcmail.nl
- Donderdag** **Bloemschikken**. Iedere 1^e donderdag van de maand van 10.00-12.00 uur. Coördinator: Brigitte van Agt: 06 12059942; brigitte.vanagt@ziggo.nl
Repaircafé 1 keer per maand van 13.00-16.00 uur. Coördinator: Adriaan van Veggel (zie hiervoor)
KBO-Savant diner (3 keer per jaar; aanvang 17.30 uur.in Woonzorgcentrum Savant Alphonsus. Coördinator: Gairthy Exalto, 0492 548338, p.exalto@chello.nl
- Vrijdag** **Gym club** van 09.30-10.15 uur. Coördinator: Rita van der Velden, 06 18886751, 0492 550032, ritavandervelden@live.nl
- Zaterdag** **Repaircafé** 1 keer per maand 11.00-15.00 uur. Coördinator: Adriaan van Veggel:
- Locaties:** alle binnen activiteiten vinden plaats in de Geseldonk, tenzij anders aangegeven!

KOFFIEOCHTEND



Dinsdag 12 maart en dinsdag 2 april 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. Er zijn ook altijd enkele bestuursleden aanwezig. Een kopje koffie/thee kost slechts € 0,50. U bent van harte welkom.

REPAIRCAFE KBO-ST. LUCIA



Op **donderdag 14 maart a.s.** en op **donderdag 28 maart a.s.** (beide 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 maart is dat **woensdag 20 maart a.s.**) vanaf 13.30 uur terecht in wijkhuis De Geseldonk, Cederhoutstraat 44.

BLOEMSCHIKKEN



Donderdag **4 april a.s.** van 10.00-12.00 uur is het weer bloemschikken in de Geseldonk. De prijs is 10 euro exclusief onderbord. U kunt zich tot zaterdag 30 maart 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.

KBO- / SAVANTDINER

Het eerste KBO-diner van 2019 staat al weer gepland.

Datum: **woensdag 28 maart a.s.**

Aanvang: 17.30 uur

Kosten: € 13,50 p.p. voor leden en gastleden van KBO-St. Lucia
€ 16,00 p.p. voor niet-leden

Aanvangstijd: 17:30 uur

Plaats: Woonzorgcentrum Savant Alphonsus, Hoofdstraat 176.



Het menu bestaat uit vier gangen:

- 1. groentesoep;
- 2. varkenshaas met champignonroomsaus, zoete aardappelpuree, Pommes duchesse (aardappelrozetten), Sweet beans met worteltjes
- 3. ijstaart
- 4. koffie/thee en bonbon

Leden betalen op vertoon van hun KBO-pas € 13,50 en niet-leden € 16,00.

U kunt zich inschrijven in Woonzorgcentrum Savant Alphonsus, Hoofdstraat 176 op:

maandag 18 maart a.s. van 10.00 – 11.00 uur

dinsdag 19 maart a.s. van 14.00 – 15.00 uur.

ALGEMENE LEDENVERGADERING OP DONDERDAG 21 MAART 2019

Op **21 maart a.s** vindt de Algemene Ledenvergadering (jaarvergadering) 2018/2019 van KBO-St. Lucia plaats. De jaarvergadering begint om **13.30 uur en duurt tot ca. 16.00 uur** in wijkhuis De Geseldonk. De uitnodiging (agenda) het jaarverslag 2017/2018 en het jaarprogramma 2019 zijn bij deze nieuwsbrief gevoegd.



Het informele gedeelte dat direct na de vergadering begint en duurt tot ongeveer 17.00 uur. wordt verzorgd door **Wim Daniels**, schrijver van o.a. boeken over taal en informatieve boeken over uiteenlopende onderwerpen. Wim Daniëls zal spreken over de Nederlandse taal en de Brabantse dialecten. Hoe zijn die ontstaan en hoe hebben ze zich ontwikkeld?

Wij heten u bij voorbaat van harte welkom !

Met vriendelijke groet,
Bestuur KBO-St. Lucia.

DRUK BEZOCHTE BIJEENKOMST VOOR NIEUWE LEDEN KBO-ST. LUCIA

Nieuwe leden-bijeenkomst op vrijdag 15 februari 2019

Het zonnetje schijnt, en als aspirant lid ga ik op mijn fiets naar de bijeenkomst die speciaal voor de nieuwe leden van de KBO in Wijkhuis De Geseldonk wordt georganiseerd.

Als ik de zaal binnenkom zie ik dat het druk is, de koffie en thee staat klaar, en ik schuif bij een tafel aan waar mensen al zijn gaan zitten. Het valt mij op, wat ook daadwerkelijk later bevestigd wordt door de voorzitter, dat ik één van de jongste leden ben. Als aankomend senior is dat op zich wel prettig.

De voorzitter start met een goede uitleg over wat de KBO in Mierlo-Hout inhoudt en wie het bestuur is. Het blijkt dat Mierlo-Hout de grootste KBO is met 706 leden. Verder wordt me duidelijk dat deze KBO een onderdeel is van KBO-Brabant en veel samenwerkt met andere partijen, wat mijns inziens heel goed is omdat dit meer daadkracht op kan leveren.

Daarna is het de beurt aan de verschillende coördinatoren die elk iets vertellen over de verschillende activiteiten voor de leden. Er werden verschillende vragen gesteld door de nieuwe leden, maar ook nieuwe activiteiten kwamen al naar voren, bijvoorbeeld over het scootmobiel rijden (of dit ook gedaan werd naast het reguliere fietsen). Bij het wandelen had ik zelf de vraag of er ook aan Nordic Walking werd gedaan. Dit is niet het geval. Helaas, want uit eigen ervaring weet ik dat dit heel gezond is.

Tussentijds werd er een korte pauze ingelast en dan zie je al snel dat de leden elkaar kennen. De meesten kennen elkaar van vroeger, en dus werden er herinneringen opgehaald en bijgepraat over van alles. Zo zie je een leuke saamhorigheid ontstaan. Zelf heb ik in die tussentijd de lege kopjes van de tafels met het bestuur opgeruimd, waar toch blijkt dat je de aspirant bent en meerdere keren de opmerking kreeg; "ja jij bent nog jong." Ach, dat heeft ook zó zijn voordeel toch?

Zelf kwam ik voor het schilderen. Na afloop heb ik dan ook even met de coördinator Mieke gepraat, en toen ik buiten kwam en het zonnetje nog steeds scheen was ik zo blij dat ik na heel lang op de wachtlijst te hebben gestaan (ja, echt jaren), ik nu ermee mag starten!



Joke van Eemeren.

NIEUWS VAN DE KRING HELMOND



In deze rubriek wil het bestuur van KBO-Kring Helmond u informeren over allerlei zaken die spelen “boven” de afdelingen en die voor u van belang of interessant zouden kunnen zijn.

Opmerkingen en/of suggesties zijn welkom via het secretariaat van de kring: info.kbokringhelmond@kpnmail.nl

Hart voor Ouderen

Een museumbezoek, samen schilderen, verhalen delen. Cultuur maakt je blij, geeft je een goed gevoel en brengt mensen samen. Je bent nooit te oud om te leren, te ervaren of samen te genieten! Het Fonds voor Cultuurparticipatie heeft Helmond aangewezen als één van de zes Age Friendly Cultural Cities in 2018 en 2019.



In 2019 bieden de grote culturele partners in Helmond, Kunstkwartier, Museum Helmond, Theater Speelhuis, Bibliotheek en Cacaofabriek samen een uitdagend programma aan voor ouderen. Zodat iedereen actief kan meedoen kunst en cultuur. **Het initiatief is bedoeld voor mensen die normaal geen gebruik maken van het culturele aanbod**, bijvoorbeeld omdat ze alleen zijn of minder mobiel. **KBO-Kring Helmond ondersteunt het programma Lang Leve Cultuur, Hart voor ouderen**

De eerste programmareeks is van medio maart tot en met eind april. Zes weken lang een culturele toertocht door de stad.

Het doel van dit initiatief is de ouderen en met name de kwetsbare ouderen een mooie gelegenheid voor een fijn uitstapje te geven. Voor het volledige programma en de prijzen zie de website www.langleve-cultuur.nl. Heb je nog vragen over het programma?

Je kunt in de ochtend bellen op dinsdag, woensdag en donderdag naar Liesbeth Daub tel. 0492-702625. Al de locaties zijn rolstoeltoegankelijk. **We doen zeker een beroep op onze leden om samen met iemand, die anders niet zo gemakkelijk naar een museum, film ed. gaat, gebruik te maken van dit aanbod. Voor enkele programma's geldt : 1 plus een gratis toegang.**

Enkele reacties van eerdere bezoekers:

“Het was geweldig om weer eens in het museum te zijn. Sinds mijn man is overleden, doe ik zulke uitstapjes nooit meer. Zo fijn dat ik nu kan aansluiten bij een geïnteresseerde groep leeftijdgenoten! Het gevoel van ‘op vakantie zijn’ heb ik vandaag beleefd”.

“Ik kan niet meer borduren omdat mijn handen en ogen geen 20 meer zijn. Wat fijn om weer creatief bezig te zijn in een groep. Twee vliegen in één klap. Ik ben de deur uit en ik kan weer freubelen”. “Ik wist niet dat onze stad zo’n mooie cultuur en geschiedenis heeft. Ben nu nog trotser om een Helmonder te zijn!”

NB. Folders over het totale cultuur programma treft u ook aan tijdens het bezoek aan onze **Koffieochtend en/of het Repaircafé.**

“THEMA-AVOND “GEZOND EN GOED LEVEN”.

Donderdag 18 april is er een informatieve thema-avond gepland in wijkhuis De Geseldonk met als onderwerp: “Gezond en Goed leven”.

Gezond & Goed leven is een APK voor je vitaliteit, diagnose en behandeling van diverse soorten vitaliteitsklachten.

Daarnaast zal er een demonstratie gegeven worden door een consultant van Herbalife over o.a. een Fit & Actief leven, een uitgebalanceerd dieet en regelmatig actieve beweging.

De ontvangst is vanaf 19.45 uur en om 20.00 uur de start van de informatie.

In het Kontakt van april krijgt u meer informatie.



shutterstock.com • 568890457

MOGELIJKE OPRICHTING TUINONDERHOUD CLUB KBO-ST.LUCIA

Ouder worden betekent vaak dat de dingen die vroeger weinig tijd en energie kostten nu iets zijn geworden waar u enorm tegenop kunt zien. Het tuinonderhoud is een voorbeeld hiervan. Tuinonderhoud –zo blijkt uit onderzoek - is voor ouderen een belangrijke verhuisreden. Wanneer op dit gebied meer ondersteuning te krijgen is, kan dat voor ouderen misschien tot uitstel van de verhuizing leiden Immers de meeste ouderen willen zo lang als het kan thuis in hun vertrouwde omgeving blijven wonen.

KBO-ST.LUCIA is aan het onderzoeken of de oprichting van een tuinonderhoudsgroepje tot de mogelijkheden behoort.

1. We zijn dan ook op zoek naar leden die tuinieren leuk vinden en zich graag willen inzetten om licht tuinonderhoud te doen voor leden die hier niet meer toe in staat zijn.
2. We zijn op zoek naar leden die mogelijk gebruik willen maken van het tuinonderhoudsgroepje omdat ze zelf niet meer in staat zijn hun eigen tuin te onderhouden.



Reacties kunt u sturen naar de redactie van “Kontakt” of naar Anton Kleijne telefoon: 06-17449725 of via email : hennykleyne@hotmail.com

Nadat er voldoende reacties zijn ontvangen gaan we bezien onder welke voorwaarden het tuinonderhoudsgroepje kan gaan starten.

Anton Kleijne en Hans van Knegsel..

EEN SUCCESVOL REPAIRCAFE KBO-ST. LUCIA IN 2018



In het eerste kwartaal van 2017 heeft KBO-St. Lucia het initiatief genomen om een repaircafé te starten. Op 2 september 2017 werd het Repaircafé KBO-St. Lucia officieel geopend door wethouder van der Zanden in wijkhuis de Geseldonk te Mierlo Hout

Na een publicatie met de vraag om vrijwilligers, zijn we kunnen starten met 17 vrijwilligers. Het laatste kwartaal van 2017 hebben we direct al mogen spreken van een succes. We hadden veel aanbod en gerepareerd materieel en veel tevreden mensen.

In januari 2018 zijn we verder gegaan en met succes mogen we wel zeggen. Voor diegene die het niet duidelijk is wat een repaircafé precies doet volgt hier nog een keer wat uitleg.

Een Repaircafé geeft je de mogelijkheid om gratis, of met een kleine bijdrage (dit mag je zelf bepalen), huishoudelijke artikelen, kleding ed. en dagelijkse gebruiksvoorwerpen die stuk zijn, te laten repareren. We rekenen dus geen uurloon. Alleen onderdelen dient men zelf te betalen. De reparaties worden uitgevoerd door senioren die in het verleden met soortgelijke werkzaamheden bezig zijn geweest. Deze vrijwilligers gebruiken nu in clubverband hun kennis en kunde om andere mensen te helpen hun kapotte spulletjes te repareren.

Door reparatie van apparaten wordt ook het milieu gespaard. Wij hebben als Repaircafé St. Lucia een administratie bijgehouden over het kalenderjaar 2018 die wij vol trots aan u willen presenteren.



Wij zijn in 2018 circa 22 keer geopend geweest en hebben 241 reparaties aangeboden gekregen waarvan hieronder het resultaat:

Artikelen die geheel gerepareerd werden in totaal:	177 stuks (73 %)
Artikelen die deels gerepareerd konden worden in totaal:	11 stuks (5%)
Artikelen die niet gerepareerd konden worden in totaal:	53 stuks (22%)



We hebben kortom een succesvol jaar achter de rug met veel tevreden gezichten (zowel bij onze vrijwilligers als bij onze klanten), en willen dit voortzetten in 2019. Dus schroom niet om je defecte spulletjes ter reparatie aan te bieden. Wij staan voor u klaar.

Heeft u interesse om ook **als vrijwilliger** ons Repaircafé te komen versterken of heeft u nog vragen dan kunt u te allen tijde even contact opnemen met de coördinator Adriaan van Veggel, telefoon 0492-841112 of email repaircafe@kbo-stlucia.nl

Adriaan van Veggel

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 25 maart 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

Knegsel email: webmaster@kbo-stlucia.nl

Dagelijks bestuur

Voorzitter: Piet Maas

telefoon: 06 22374593

email: voorzitter@kbo-stlucia.nl

Secretaris: Gairthy Exalto

telefoon: 0492 548338 / 06 41235878

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 MAART



Als maart niet gaart, april niet wil, doet mei, het voor allebei.
Maartse buien, die beduien, dat de zomer aan komt kruien.
Een droge maart, is goud waard, als het in april, maar regenen wil.