

**KBO-St.Lucia**  
SENIORENVERENIGING



**kontakt**

## **NIEUWSBRIEF OKTOBER 2022**

Mierlo-Hout / Brandevoort / Helmond-West

Redactieadres: Hoofdstraat 70 5706AM

Email: [redactie@kbo-stlucia.nl](mailto:redactie@kbo-stlucia.nl)

Telefoon 06 12304586

Website: [www.kbo-stlucia.nl](http://www.kbo-stlucia.nl)



### **Inhoud:**

- \* Jaarfeest
- \* Lezing Mijn Huis op Maat
- \* Wekelijkse activiteiten
- \* SeniorenVakantieWeek
- \* Reis naar Leuven

Mahatma Gandhi tunnel Kasteelherenlaan

## VOORWOORD VAN DE VOORZITTER.

Beste mensen,



Hier heeft u de nieuwste uitgave van Kontakt. Na de vakantie zijn de activiteiten weer allemaal opgestart. In de maand september zijn we met een bus vol leden naar Leuven geweest, ook is een groep naar het chipsbedrijf ASML in Veldhoven geweest. Veel leden hebben dus weer genoten van onze activiteiten.

Begin oktober hebben wij een voor onze leden erg interessante lezing op dinsdag 4 oktober om 19.00 uur in de Geseldonk over hoe wij zo goed mogelijk in onze eigen woning kunnen blijven wonen. Denk er eens aan om deze lezing met uw kinderen te komen volgen. Zij kunnen u dan later helpen uw woning dusdanig aan te passen dat u zorgeloos kunt blijven wonen. Dus meld u aan voor deze zeer goede lezing. Lees het artikel verderop in dit blad. De komende maanden hebben we ons jaarfeest en in december het Kerstfeest, 2 middagen waar we veel leden verwachten.

Ton van de Meulenhof

## WELKOM AAN ONZE NIEUWE LEDEN



Mevrouw J.A. Verspaget-Boudewijns, de heer W.G.M. Verspaget, mevrouw S. Baban, mevrouw A.A.M. Kweens- Eijkemans, de heer M.H.J. van Schijndel .

Wij verwelkomen onze nieuwe leden en hopen hen op onze bijeenkomsten of in onze clubs te mogen begroeten.

## OVERLEDEN




Mevrouw A. Kouwenberg


Onze gevoelens van medeleven gaan uit naar de familie en vrienden.


We wensen hen veel sterkte toe om dit verlies te kunnen verwerken.


## AKTIVITEITEN EIND SEPTEMBER/ OKTOBER 2022


- 27 sept. 15.45-17.45 uur. **GRATIS** Introductieles Luistercursus klassieke muziek ( Brandpunt)
- 2 okt. 11.00-17.00 uur Beurs: Op je gezondheid (Geseldonk)
- 4 okt. 19.30 -21.30 uur Informatiebijeenkomst Ons Veilig Thuis / Mijn Huis Past (Geseldonk)
- 5 okt. 10.00-12.00 uur Gezelligheidsochtend (Geseldonk)
- 6 okt. 10.00-12.00 uur Bloemschikken (Geseldonk)
- 6 okt. 13.00-16.00 uur Repaircafé (Geseldonk)
- 11 okt. 15.45-17.45 uur Luisteren naar Klassieke Muziek (Brandpunt)
- 13 okt. 10.00-12.00 uur Bestuursvergadering (Westwijzer)
- 19 okt. 13.30-16.00 uur Computerinloop (Geseldonk)
- 19 okt. 19.30 uur Leesclub (Geseldonk)
- 19 okt. 10.00-12.00 uur Gezelligheidsochtend (Geseldonk)
- 22 okt. 11.00-15.00 uur Repaircafe (Geseldonk)
- 27 okt. 13.30 -17.00 uur Jaarfeest (Geseldonk)
- 3,10,17,24,31 oktober 14.00-16.00 uur. Sjoelen Groep1. (Geseldonk)
- 4,11,18,25 oktober 14.15-16.30 uur Sjoelen Groep 2 (Geseldonk)
- 7,14,21,28 oktober 14.00-16.00 uur Koersballen (Geseldonk)






  
Advies op maat

  
GRATIS meet service

  
Monteer service

  
Showroom

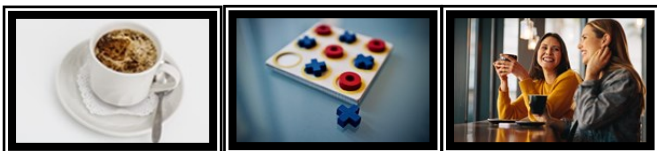
**"WIJ MAKEN VAN UW HUIS EEN THUIS"**

ONGEKENDE SERVICE,  
SNELLE LEVERTIJD EN DIT  
TEGEN SCHERPE PRIJZEN

**Deelen Stoffen en Gordijnen**  
Houtse Parallelweg 83  
5706 AD - Helmond  
Tel. 0492 - 547023  
info@deelenstoffen.nl  
www.deelenstoffen.nl

**Openingstijden**  
Maandag - gesloten  
Di. t/m Vr. - 09.00 – 17.30u  
Zaterdag - 09.00 – 16.00u

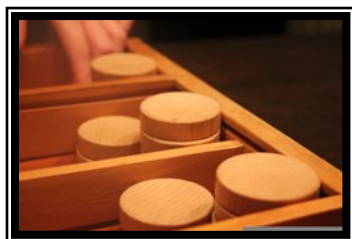
## GEZELLIGHEIDSOCHTEND



De gezelligheids ochtend in oktober is op: **woensdag 5 - en woensdag 19 oktober a.s. van 10.00-12.00 uur in wijkhuis de Geseldonk** te Mierlo-Hout. Kom eens gezellig een praatje maken of bijv. een kaartje leggen. Er is/zijn ook altijd een bestuurslid/enkele bestuursleden aanwezig.

Een kopje koffie/thee kost slechts € 0,60 (dit was voorheen € 0,50)

## SJOELCLUB



Groep 1. **Elke maandag** (het hele jaar door m.u.v. feestdagen en carnaval) van **14.00-16.00** uur in Wijkhuis De Geseldonk.

Groep 2. **Elke dinsdag** van **14.15-16.30** uur in Wijkhuis De Geseldonk.

**Coördinator:** Diny Jeuken, telefoon: 0492-522726, email: e.jeukenvandekerkhof@chello.nl

## COMPUTERHULP INLOOP



Op de **derde woensdag van de maand** (deze maand op **woensdag 19 oktober a.s.**) van **13.30-16.00 uur** in de Geseldonk is er weer computerhulp inloop. **Contactpersoon:** Herman Nieweg. Telefoon: 06-38319793 email: kbo.hjnieweg@upcmail.nl

## REPAIR CAFE KBO-ST. LUCIA



Op **donderdag 6 oktober a.s. van 13.00-16.00 uur** en op **zaterdag 22 oktober a.s. van 11.00-15.00 uur** kunt u weer terecht bij het Repaircafé in de Geseldonk. (interim)

**Coördinator** Johnny van Diepen, j.diepen33@upcmail.nl of repaircafe@kbo-stlucia.nl of telefoon 0492 538864



## KOERSBALLEN

Het koersballen vindt iedere **vrijdag** tussen **14.00 uur** en **16.00 uur** plaats in Wijkhuis de Geseldonk. **Co-**

**ördinator:** Piet Lambregts en Martha Lambregts, tel.0492 -516864, email: p.lambregts@bbhmail.nl

Niet leden kunnen ter kennismaking twee keer gratis deelnemen aan de activiteit.

## BLOEMSCHIKKEN



**Donderdag 6 oktober a.s.** kunt u weer deelnemen aan het bloemschikken.

U dient hiervoor een platte rechthoekige/vierkante schaal mee te

brenge**n. Aanvang: 10.00 uur.**

De prijs bedraagt € 12,50. U kunt zich hiervoor, tot de zaterdag voorafgaand tot 17.00 uur, aanmelden: door een enveloppe met € 12,50 voorzien van uw naam, adres en telefoonnummer in de brievenbus van de Dr. Klompélaan 27 te doen of Brigitte te bellen 06-12059942

## SCHRIJF U IN VOOR DE CURSUS "LUISTEREN NAAR KLASSIEKE MUZIEK"

**Introductie les: 27 september 2022** aanvang **15.45-17.45 uur (gratis)**

**Locatie: Wijkhuis Brandpunt in Brandevoort.**

De overige 8 data van het nieuwe seizoen zijn:

- 11 oktober 2022;
- 8 november 2022;
- 6 december 2022
- 17 januari 2023;
- 14 februari 2023;
- 7 maart 2023;
- 11 april 2023;
- 9 mei 2023;

Iedere keer van 15.45-17.45 uur.

**Locatie: Wijkhuis 't Brandpunt, Biezenlaan 29, 5708 ZD Helmond**

## INSCHRIJVEN VOOR DE CURSUS KAN NOG TOT 4 OKTOBER a.s. :

door **€ 150,-** over te maken naar het rekeningnummer **KBO-ST. Lucia:**

**NL43 RABO 0123 8028 06** onder vermelding van **"KLASSIEKE MUZIEK"**

**Niet leden zijn ook welkom en dienen € 165,- over te maken.**

**Contactpersoon: Hans van Knegsel, email: vicevoorzitter@kbo-stlucia.nl of tel.06-12304586.**

## Wat houdt de cursus in.



In de luistercursus maakt u in een ontspannen sfeer kennis met de rijke wereld van de klassieke muziek en leert u bewuster te luisteren. U hoeft er geen muzikale achtergrond voor te hebben of noten te kunnen lezen.

Er is slechts één vereiste: laat u verwonderen. Uw oren zullen opengaan.

## Voor wie is de cursus?

De cursus kan door ieder die belangstelling heeft - dus ook door niet leden - gevolgd worden.

## NAJAARSREIS NAAR LEUVEN BIJZONDER GESLAAGD!

Zaterdag 10 September gingen we met een bus vol naar Leuven.



Het weer was niet al te best. Stromende regen hadden we bij het instappen maar de voorspellingen waren goed.

Het zou in de middag droog worden dus met volle moed

naar Leuven.

Tijdens de rit informeerde de chauffeur dat we de lunch zouden gebruiken bij restaurant De "Ram" in Scherpen-



heuvel. Scherpenheuvel is een bedevaartplaats in België.

Na de lunch hadden we nog een half uur de tijd om de Basieliek te bezoeken maar wat een pech, we konden niet naar binnen, er was een dienst bezig.

Dan maar even rond wandelen of een kaarsje aansteken.

Na een half uur gingen we met zijn allen weer de bus in.



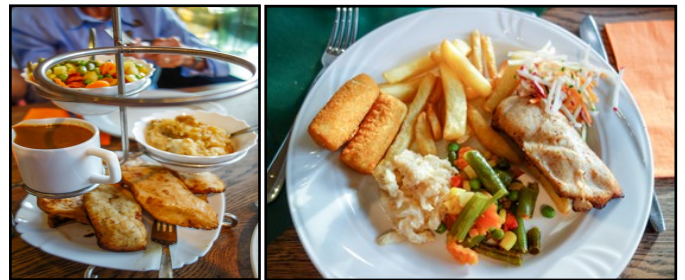
Aangekomen in Leuven werden we in 3 groepen verdeeld waarna de rondgang door Leuven kon beginnen.

Er waren twee lange - en een korte route waaruit men had kunnen kiezen.

Het was een erg interessante rondgang.

We konden na de wandeling nog even in de stad verblijven om te wandelen of een terrasje te pakken.

Daarna vertrokken we weer, deze keer naar de Kaasboerin in Postel, waar wij om 18.00 uur werden verwacht voor het diner. We kregen een heerlijk 4 gangen menu waar we allen van genoten.



Na het diner keerden we allen voldaan en tevreden naar huis.

Hierbij willen we de heren van de reisorganisatie (Toon en Henk) hartelijk bedanken.

Het was perfect geregeld en voor herhaling vatbaar!

Medereizigers Tonnie Verbakel en Tonnie v/d Kojnjenberg

# INFORMATIEBIJEENKOMST

## Ons Veilig Thuis/Mijn Huis op Maat

**Wanneer: Dinsdag 4 oktober 2022, 19.30 uur.**

**Waar: Wijkhuis de Geseldonk, Mierlo-Hout, Cederhoutstraat 44.**

**KBO-St.Lucia**  
SENIORENVERENIGING



**KANSRIJK**  
Mierlo-Hout



**Veel mensen blijven tegenwoordig tot op hoge leeftijd zelfstandig thuis wonen.**

Maar is ons huis wel veilig genoeg? Hoe kun je onveilige thuissituaties voorkomen, zoals brand, braak en val-incidenten? En hoe zit het met veiligheid in de directe woonomgeving? Met kleine aanpassingen en tips kun je je huis al veiliger maken.

Je kunt veel zelf doen, maar het is ook mogelijk om met raad en daad te worden bijgestaan.

KBO- St. Lucia in Helmond organiseert samen met Kansrijk Mierlo-Hout een **informatieavond** met medewerking van Edith Mostert beleidsadviseur - en Hans Droppert woonadviseur van KBO- Brabant via het project Ons Veilig thuis en met medewerking van Hans van Dam omgevingsadviseur Brandveilig Leven van de Veiligheidsregio Brabant Zuid Oost.

**WANNEER: Dinsdag 4 oktober 2022**

**Om 19.00 uur is de zaal open** en de bijeenkomst duurt van **19.30** uur tot ca.21.30 uur in Wijkhuis De Geseldonk..

**VOOR WIE?**

Voor alle senioren in Helmond. Er is bewust voor een avond gekozen zodat ook eventuele kinderen van de ouderen, familieleden-, mantelzorgers- in de gelegenheid gesteld worden om de bijeenkomst bij te wonen..

**ENTREE:**

**De entree is gratis.** Ook niet leden van de KBO zijn welkom. Kinderen van ouderen worden ook in de gelegenheid gesteld aanwezig te zijn. De koffie staat klaar.

**AANMELDEN:** Om een indruk te krijgen wie belangstelling heeft voor deze informatie- bijeenkomst en de avond passend te organiseren, verzoeken wij u zich voor **aan te melden bij: het secretariaat van KBO-St. Lucia : telefoon: 06 30853736, email: [secretariaat@kbo-stlucia.nl](mailto:secretariaat@kbo-stlucia.nl)**

**GRATIS HUISTEST:**

**Na afloop van de bijeenkomst wordt u in de gelegenheid gesteld u op te geven voor de gratis huistest.**

**Doe mee aan onze gratis KBO Huistest en blijf veilig en comfortabel wonen.**

**Zij die deelnemen krijgen een gratis rookmelder !**

**DE KOFFIE STAAT KLAAR!**



## SENIOREN VAKANTIE WEEK 2022

In de week van 15 t/m 19 augustus heeft voor het eerst in twee jaar weer een SeniorenVakantieWeek plaatsgevonden.

Voor de eerste keer na de coronapandemie was het weer mogelijk om deze gezellige week te organiseren. 4 Dagen, de woensdag was een rustdag, konden onze senioren zich weer vermaken met allerlei activiteiten deze keer voor het eerst in de Geseldonk.



### Maandag

De week werd op maandag geopend door wethouder Erik de Vries. De duo fietsers, een activiteit die voor de eerste keer deel uitmaakte van het programma, werden op pad gestuurd. Deze groep had een leuke tocht naar Kasteel Croy alwaar een stop werd gemaakt om vervolgens weer terug te komen naar de Geseldonk.

Toen de opening van de SeniorenVakantieWeek plaatsvond, was de fietsgroep al vertrokken voor hun middagfietsstocht rondom Lierop. De volledige groep bestond uit 21 fietsers inclusief 4 begeleiders. Ze fietsten eerst richting Mierlo naar de Strabrechtse heide voor een korte drinkpauze.



Vervolgens reed men over de in bloei staande heide langs Pastoorke van Moorsel en met een omweg langs de Somerense vennen naar de terras-pauze bij 't Jagerhuis in Lierop.

De tocht werd vervolgd via Mierlo en om 16:15, na 29 km. Fietsen, was de groep terug bij de Geseldonk. Het was een gezellige en mooie rit.



In de Geseldonk waren er die dag diverse activiteiten. In de grote zaal konden de koersballers zich uitleven terwijl de senioren in de muziekzaal een verwenmiddag hadden. In het cafégedeelte werd fanatiek gebiljart.

Deze activiteiten duurde tot 16.00 uur. Hierna werd de zaal omgebouwd tot restaurant voor een heerlijk lopend buffet. Voor en tijdens het buffet was gezellige muziek van Gerard van Kol. Tegen 20.00 uur ging iedereen tevreden naar huis.

### Dinsdag



De dinsdag begon net als de maandag zonnig. De deelnemers hadden zich rond 14.00 uur weer verzameld in de Geseldonk om te gaan bridgen of te kienen. Er waren veel mensen in de Geseldonk maar desondanks was de stilte overweldigend.

Iedereen was geconcentreerd bezig.

Alleen in het cafégedeelte hoorde je het tikken weer van de ballen van de biljarters net als op maandag en ook de andere dagen .



Daarna was het tegen 16.00 uur weer afgelopen en werd de zaal weer in gereedheid gebracht voor muziek deze keer was het aan Kees van Langen om de deelnemers te vermaken en een heerlijk diner.

### Woensdag

De woensdag was een vrije dag en dat was maar goed want deze dag heeft het de hele middag geregend.

### Donderdag

Donderdagmorgen begon vroeg voor de fietsers welke hun lange route richting Gemert en



Erp reden. Een verslag van deze rit vind u elders in dit blad. In de middag was het in de Geseldonk weer tijd voor de biljarters, sjoelen en rikken. Tijdens het avondprogramma was net als de andere dagen muziek ( deze avond van Dikke Mik) en deze keer was de friteswagen voorgerezen voor frites met snacks.

### Vrijdag

De laatste dag was de dag van de loterij. hiervoor waren de voorgaande dagen al lotjes ver-

kocht zodat er veel gegadigden waren voor de vele door sponsoren geschonken prijzen.

Het geheel werd die middag en avond afgesloten door fantastische muziek van Pierre van Dongen die prachtige liedjes zong , mooi inspeelde op het publiek en de dansvloer vol kreeg oa. met een polonaise .



En opnieuw was er een heerlijk diner dat net als op de dinsdag was bereid door Alex Bremen en zijn staf.



Terugkijkend was het een geslaagde week met dank aan Brigitte van Agt voor de organisatie en de vrijwilligers van de Geseldonk voor de goede zorgen en niet te vergeten de vrijwilligers van de KBO en Kansrijk.

Ton van de Meulenhof.

## JAARFEEST KBO-ST. LUCIA



Op **donderdag 27 oktober a.s.** houden we weer ons gezellige jaarfeest. Het feest begint om 13.30 uur (de zaal is om 13.00 uur open) en duurt tot 16.30 uur.

### Het jaarfeest is voor leden gratis.

Voor niet leden is het jaarfeest ook toegankelijk en voor hen hebben we zelfs een speciale aanbieding.

Als u als niet lid wilt deelnemen betaalt u € 14,50,- Als U zich opgeeft voor het feest en U schrijft zich op dat moment ook in als lid van KBO-St. Lucia dan betaalt u geen entree en voor 2022 nog slechts € 5,70 contributie!.

### Het programma ziet er als volgt uit:

13.30 uur: Aanvang van het programma met koffie/thee en een plak roombotercake.

15.00 uur Pauze (tijdens de pauze worden loten verkocht voor de prijs van € 0,50 of 6 loten voor € 2,50) Na de pauze wordt rondgegaan met diverse hapjes

15.15 uur Voortzetting muziek

16.00 uur Aanvang loterij

16.30 uur Sluiting van de feestmiddag.

**Inschrijven** voor het jaarfeest kan **tot 10 oktober a.s** door een **email** te sturen naar het secretariaat : [secretariaat@kbo-stlucia.nl](mailto:secretariaat@kbo-stlucia.nl) . Graag uw naam en KBO lidmaatschapsnummer vermelden.

**Inschrijven kan ook in De Geseldonk** tijdens de gezelligheidsochtend **op 5 oktober van 10.00-12.00 uur**

U ontvangt bij binnenkomst in de zaal na vertoon van Uw lidmaatschapspasje 2 consumptiebonnen.

Leden vergeet uw pasje niet!

Het jaarfeest wordt opgeluisterd met een optreden van Tonny Wijnands uit Deurne. Hij zingt, speelt gitaar en vertelt grappige verhalen tussen het spelen door. 'n Echte Brabantse troubadour voor alle provincies en zelfs voor het buitenland (ieder jaar optreden in Winterberg).

### De activiteiten commissie.

## VOORAANKONDIGING



**Kerstviering** in wijkhuis "de Geseldonk"

De activiteitencommissie vindt het fijn dat we iedereen dit jaar weer kunnen uitnodigen om samen de kerstviering te beleven.

Op **vrijdagmiddag 16 december** wordt zoals voorheen een feestelijke kerstlunch opgediend door het personeel van wijkhuis "De Geseldonk".

Het programma wordt uiteraard ook muzikaal weer opgeluisterd.

De commissie is de nodige voorbereidingen al aan het treffen voor een geslaagde middag.

**Noteer deze dag alvast in uw agenda of kalender.**

In de Nieuwsbrief van november wordt verdere informatie versterkt .

**De activiteitencommissie**

*Tina*

### **WILT U MEE NAAR DE MUSICAL TINA (TURNER)**

We hebben als KBO-St.Lucia een aanbieding gekregen van Stage Entertainment voor de Musical TINA.

We denken eraan voor een **zondag middag** eind januari/ begin februari een groepsreservering te doen incl busvervoer ( dat we zelf organiseren).

Kosten: naar schatting tussen de € 90,-en € 100,- incl. busvervoer.

Om te kijken of er voldoende belangstelling is willen we de behoefte bij onze leden peilen.

**Heeft u in beginsel interesse in deze Musical stuur dan een emailtje naar:**

**[p.exalto@upcmail.nl](mailto:p.exalto@upcmail.nl)**

Met vriendelijke groet,

**De activiteitencommissie.**

NB. De Tina Turner Musical is de eerste musical over haar leven, geproduceerd in samenwerking met Tina Turner zelf. Dit is het echte, nietsontziende verhaal van Tina Turner. De vrouw die alle vooroordelen over leeftijd, kleur en geslacht heeft getart.

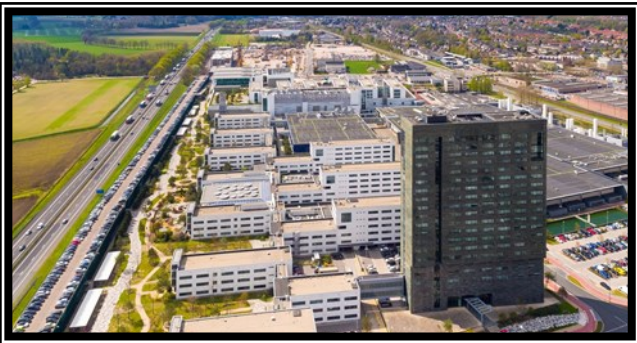


## OPEN HUIS DAGEN ASML



**ASML in Veldhoven heeft op 13,15 en 20 september haar deuren opengezet voor bewoners uit de Brainport Regio.**

**Wij als KBO St. Lucia hebben onze leden er enige tijd geleden op gewezen dat men zich hiervoor bij ASML kon inschrijven. Een aantal van onze leden heeft hier gebruik van gemaakt. Twee van onze leden waren zo goed om van hun bezoek een verslagje te maken. Namens het bestuur hiervoor bedankt. Het verslag tref je hieronder aan.**



### Het ASML fabriekscapex in Veldhoven

Bij de uitnodiging kon je kiezen uit verschillende rondleidingen. Wij hadden gekozen voor de wandeling langs de clean rooms, waar mensen in een soort ruimtepakken, machines in elkaar knutselen.

ASML, wat overigens officieel niks betekend, maakt machines die het belangrijkste proces verzorgen om chips te kunnen maken (geen paprika chips), dus zelf maken ze geen chips. De kleinste machines zijn ongeveer 3 bij 3 bij 2 meter en koste een paar miljoen, de grootste zijn wel 10 meter lang en kosten 250 miljoen per stuk.

Ze worden in onderdelen naar de klanten verstuurd in speciale kratten. Deze machines werken op nano meter niveau dwz op 1 miljoenste millimeter. Dus zelfs met een vergrootglas wordt dit moeilijk om te volgen.

Na binnenkomst hebben we eerst een presentatie bijgewoond waar het werken in een cleanroom werd uitgelegd.

Een cleanroom is een ruimte met nagenoeg geen stof want stof is dodelijk als je op nano niveau dingen in elkaar schroeft. Een cleanroom is 100 keer schoner dan b.v. een operatie kamer.

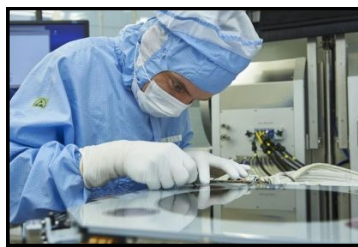
Na een kopje koffie te hebben genuttigd in een van hun restaurants, waar ook een leuk bandje stond te spelen, hebben we dus die rondleiding gehad waar we konden zien waar de mannen in die ruimtepakken aan het werk waren.



### Cleanroom ASML

Het viel mij op dat het personeel jong was en van alle nationaliteiten. Trouwens het hele complex is een kleine stad waar ongeveer 20.000 (dit loopt dagelijks op) mensen kunnen werken. Zeer indrukwekkend allemaal. Er bevinden zich b.v. wel 15 restaurants die er erg netjes uitzien, dus geen kale fabrieks kantines.

Na de rondleiding hadden we ook nog de mogelijkheid om zelf zo'n ruimtepak aan te trekken, maar dat hebben we maar overgeslagen. Daarna ook nog wat stands bekeken van instanties die worden gesponsord door ASML, zoals b.v. het van Gogh museum en PSV.



Als laatste konden we nog een experience Center bezoeken waar een aantal onbegrijpelijke machines stonden die gebruikt worden tijdens de chips fabricage.

### Chipmachine maker ASML

Sommige daarvan konden zo het ruimteschip de Enterprise in. Dit ging ons simpele Helmonders een beetje boven de pet.

Het was een leuke kennismaking met ASML, we hebben er van genoten.

Henry en Rita van der Velden

## LANGE FIETSTOCHT TIJDENS DE SENIORENVAKANTIEWEEK

In vervolg op het verslag van de Senioren-VakantieWeek elders in dit KONTAKT wil de redactie u onderstaand verslag dat we mochten ontvangen niet onthouden.

Donderdag 18 augustus

Vandaag is de lange tocht naar Gemert gepland. Er waren 14 aanmeldingen en 4 afmeldingen. De volledige groep bestond uit 14 fietsers inclusief begeleiders. Om 9:30 uur was de start bij de Geseldonk. Het weer was fris maar wel droog.



Na de gebruikelijke groepsfoto vertrokken we door de Houtsdonken, de Vossenbeemd en langs het kanaal (Piet van Bokhovenpad) naar Aarle - Rixtel voor de koffiepauze.

Bij de drinkpauze langs het kanaal kwam de zon door en werden de jassen uitgedaan.

We kwamen aan bij het terras van theehuis "Bij de Boompjes" waar de koffie met cake klaar stond. Deze viel in goede smaak. Zelfs een tweede kopje werd geschonken. De koffie was een traktatie van de organisatie van de SVW.

Vervolgens gingen we langs de Brabantse Kluis, Tereyken langs Gemert op weg naar het volgende terras voor de lunchpauze bij De Boswachter (Erp). Op dit terras was het nuttigen van een eigen lunch niet toegestaan dus werd dit vooraf op een stopplaats gedaan.



Wel werd gebruik gemaakt van een consumptie en/of soep. Met een gevulde maag werd de weg vervolgd langs het Esdonks kapelletje en Handel naar de laatste terraspauze bij De Bosparel. Ook hier was het drankje welkom.

Het laatste gedeelte van de tocht ging langs Berkendonk, en over de Vossenbeemd weer terug. We kwamen om 17:30 aan bij de Geseldonk met een gefietste afstand van 63 km.

Het was een geslaagde tocht met gezellige terrassen.

Martien Verstijnen, Coördinator fietsen

## GEDICHT (ingezonden door Greet Meulendijks)

### "GEDACHTEN ALS JE OUDER WORDT"



Met mij is er totaal niets aan de hand!

Ik ben nog zo fit van lijf en verstand

Wel wat artrose in mijn heup en mijn knie

Als ik me buk is het net, of ik sterretjes zie.

Mijn pols iets te snel, mijn bloeddruk wat te hoog

Maar ik ben nog fantastisch goed...zo op het oog.

S' morgens als ik ben opgestaan

En eerst de afwas heb gedaan

Lees ik het nieuws in de krant

Ik wil toch blijven; en naderhand

Doe ik van alles en stof ik wat af.

Ik heb tijd te kort, staat u niet paf?

Wel gaat alles wat traag

Heb na het eten last van mijn maag.

Maar ik wil niet zeuren, want het mag.

Dat is heel normaal bij de oude dag.

"Aanvaard het rustig" zei de psycholoog.

"U bent nog fantastisch goed.....zo op het oog!"



# OP JE GEZONDHEID

# BEURS

**ZONDAG  
2 OKTOBER**

**11.00 - 17.00 UUR**

**DE GESELDONK**

**ENTREE  
GRATIS**

**KANSRIJK MIERLO-HOUT EN PARTNERS**

Op zondag 2 oktober 2022 organiseert Kansrijk Mierlo-Hout samen met vele partners de beurs 'Op je Gezondheid'. Een dag met veel informatie over bewegen en voeding. Talloze verenigingen en organisaties gaan graag met je in gesprek en informeren je over de mogelijkheden. Er zijn gezellige stands met gezonde, maar ook lekkere hapjes. Neem deel aan de gezondheidscheck en krijg direct een persoonlijk advies. Maak gebruik van het aanbod aan proeflessen en krijg antwoord op vragen, waar je mee zit. Kortom een beurs, die zo veel omvattend is, dat er voor elk wat wils is.

## 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](mailto:info@vboh.nl) of bel 0492-792392.

Stuur dan een e-mailtje naar e-mailadres [info@vboh.nl](mailto: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](mailto:redactie@kbo-stlucia.nl) of handgeschreven naar Hoofdstraat 70, 5706 AM, Helmond.

S.v.p. **vóór 17 oktober 2022** inleveren/opsturen en ik plaats het in onze nieuwsbrief .“Kontakt.”



## WEERSPREUKEN OKTOBER

Is oktober warm en fijn,  
het zal een scherpe winter zijn;  
maar is hij nat en koel,  
't Is van een zachte winter 't voorgevoel

Oktober brengt ons wijn en zonnige dagen,  
maar ook jicht en andere plagen.

### Dagelijks bestuur

**Voorzitter:** Ton v.d Meulenhof  
telefoon 06 53417529

email: [voorzitter@kbo-stlucia.nl](mailto:voorzitter@kbo-stlucia.nl)

**Secretaris:** Joke van de Moosdijk  
telefoon: 06 30853736  
email: [secretariaat@kbo-stlucia.nl](mailto:secretariaat@kbo-stlucia.nl)

**Penningmeester:** Jo Beelen  
Telefoon: 06 10708912  
email: [penningmeester@kbo-stlucia.nl](mailto:penningmeester@kbo-stlucia.nl)

**Rekeningnummer KBO-St. Lucia:**  
NL43 RABO 0123 8028 06

**Vicevoorzitter:**  
Hans van Knegsel  
Telefoon: 06 12304586  
email: [vicevoorzitter@kbo-stlucia.nl](mailto:vicevoorzitter@kbo-stlucia.nl)

### Ondersteuning:

**Ledenadministratie:** Jan Sniijders  
email: [ledenadministratie@kbo-stlucia.nl](mailto:ledenadministratie@kbo-stlucia.nl) telefoon: 0492 474555

### Bestuurslid Ledenzorg en Maatschappelijke Inzet:

Minie van Kilsdonk  
[a.vankilsdonk3@chello.nl](mailto:a.vankilsdonk3@chello.nl)  
telefoon. 0492 543878

**PR & Communicatie/redactie**  
“Kontakt “ Hans van Knegsel  
email: [redactie@kbo-stlucia.nl](mailto:redactie@kbo-stlucia.nl)  
telefoon 06 12304586

**Webmaster/redactie “Kontakt”**  
Ton v.d Meulenhof,  
[webmaster@kbo-stlucia.nl](mailto:webmaster@kbo-stlucia.nl)  
telefoon 06 53417529

**Ons-bezorging:** Rob Elemans,  
[ellyenrob.elemans@gmail.com](mailto:ellyenrob.elemans@gmail.com)  
Telefoon: 0492 524354