

KONTAKT

NIEUWSBRIEF april 2026

Mierlo-Hout / Brandevoort / Helmond-West



- Vordering Seniorenvakantieweek
- Wat als u onverwachts niet op reis kunt ?
- Vooraankondiging voorjaarsreis 2026
- Verslag Lichtjesparade
- Verslag lezing Quilten
- Valpreventie bij Jibb+


Senioren **St. Lucia**
Helmond

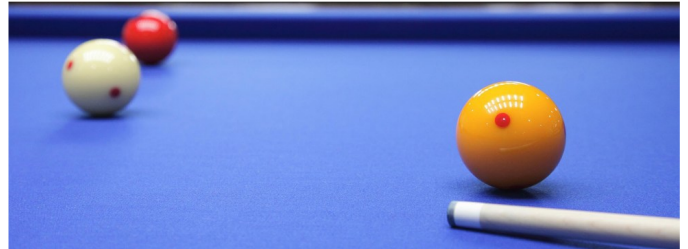
VAN DE VOORZITTER

Beste leden, de lente is begonnen. Onze buitenactiviteiten gaan weer van start.

Als u dit leest hebben wij waarschijnlijk onze Algemene Ledenvergadering weer gehad. Voor ons gaat er niet veel veranderen.

Wel hopen wij dat er bij de gemeente na de verkiezingen van vorige week een beleid komt dat ook voor de oudere Helmonder wat oplevert. Voor veel partijen zijn de ouderen inwoners waar financieel wat te halen valt. Zij vergeten echter dat wanneer zij over pak weg 25 jaar zelf oud zijn ze er achter komen dat ze alle voorzieningen die er waren hebben wegbezuinigd.

Wij gaan op 30 maart van start met onze nieuwe activiteit biljarten. Vanaf 19.00 uur zijn leden welkom in de Geseldonk om gezellig een avondje te biljarten. Er hebben zich momenteel 3 leden aangemeld dus dat mogen er gerust enkele meer worden.



WELKOM AAN ONZE NIEUWE LEDEN



Mw. P.M.C. Scheutjens
Dhr. P.A.P. Scheutjens
Dhr. J.A.M. Gudden
Mw. D. Thijssen
Dhr. H.A. Thijssen
Mw. A.C.C. Jacobs - de Rooy

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

BLOEMSCHIKKEN



Datum: Donderdag 2 april 2026
Tijd: 10.00-12.00 uur
Locatie: Wijkhuis "de Geseldonk"
Kosten: € 15.00
Aanmelden bij: Elly Verhees, Hortsedijk 51 A , Helmond
E-mail: elly_verhees@hotmail.com
Telefoon: 06-142 114 33
Benodigheden: Een schaal en neem wat groen mee.
Verzoek: Geef **duidelijk** aan of je **1 of 2 setjes** bloemen wilt hebben.

Beste leden,

Langzaam maar zeker begint de **seniorenvakantieweek** vorm te krijgen.

We hebben nog een aantal activiteiten toegevoegd: handboogschieten, kruisboogschieten, darten , jeu de boules en schilderen.

Dit betekent dat er echt voor iedereen wel iets bij zit om overdag aan mee te doen.

Ook de maaltijden en artiesten zijn bijna rond.

Al met al een mooi programma, waar we trots op zijn.

In het "Kontakt" van mei komt het inschrijfformulier te zitten.

Volgende maand volgt er weer meer informatie over de week van 3 t/m 7 augustus.

Lenie Siebers



Bezoek ook onze website: www.seniorenstlucia.nl

Maandelijks activiteiten

April 2026

2	donderdag	10.00-12.00	Bloemschikken	Geseldonk
5	zondag		1e Paasdag	Geseldonk gesloten
6	maandag		2e Paasdag	Geseldonk gesloten
9	donderdag	13.00-16.00	Repair Café	Geseldonk
15	woensdag	13.30-16.00	Computerinloop	Geseldonk
15	woensdag	19.30-21.30	De Leesclub	Geseldonk
18	zaterdag	11.00-15.00	Repair Café	Geseldonk
27	maandag		Koningsdag	Geseldonk gesloten
28	dinsdag	10.00-12.15	Bestuursvergadering	Geseldonk

Wekelijkse activiteiten

April 2026

PAS OP !! Geén activiteiten op maandag 6 en 27 april		Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
		13-20	7-14-21-28	1-8-15-22-29	2-9-16-23-30	3-10-17-24
Dansen	Geseldonk	13.30-16.30				
Biljarten	Geseldonk	19.00				
Sjoelen	Geseldonk	14.00-16.00 Groep 1	14.15-16.30 Groep 2			
Schilderen	Geseldonk		13.30-16.30 Groep 1	13.30-16.30 Groep 2		
Jeu de Boules	van Deu- tekomplein				13.30-16.30	
Gymmen	Geseldonk					9.15-10.00
Koersballen	Geseldonk					14.00-16.00
Wandelen Vertrek va.. winkelcentrum Mierlo-Hout		13.30 langer				

Heeft u een reis geboekt maar kunt u **ONVERWACHTS** niet mee?

Denk bijvoorbeeld aan

- ziekte
- ongeval vlak voor vertrek
- een ziekenhuisopname van uzelf of een direct familielid
- een sterfgeval in de familie.

Het is voor seniorenvereniging St. Lucia niet mogelijk om het reisgeld aan u te restitueren als u onverhoopt niet mee kan.

Wellicht dat u, afhankelijk van de oorzaak van uw annulering, een beroep kunt doen op uw annuleringsverzekering.

Laat de organisatie van de reis altijd zo snel mogelijk weten (ook op de dag van de reis) als u niet mee kunt. De organisatie staat dan niet tevergeefs op u te wachten en misschien dat een ander lid uw plaats wil overnemen.

In dat laatste geval krijgt u alsnog uw inschrijfgeld terug.

Bestuur Seniorenvereniging St. Lucia,
namens deze,
Paul Stege, penningmeester Seniorenvereniging St. Lucia

VOORAANKONDIGING VOORJAARSREIS 2026

De voorjaarsreis is gepland op **donderdag 4 juni**, met als thema
“Rondvaart over het Veluwemeer en palingexperience in Harderwijk”

Vanaf onze opstapplaats rijden we rechtstreeks naar Elburg.
Daar gaan we aan boord voor een rondvaart over het Veluwemeer, een langwerpige meer, gelegen tussen Noordelijk en Oostelijk Flevoland.
Aan boord wordt koffie of thee en gebak geserveerd.

Na de rondvaart rijden we naar Harderwijk naar de palingrokerij van Dries van den Berg en genieten daar van een heerlijke lunch met kibbeling of lekkerbek.



Daarna legt de rookmeester de geheimen uit van het roken en fileren van paling en krijgt u de gelegenheid om het palingmuseum te bezoeken.



De dag wordt met een smakelijk diner afgesloten.

De prijs voor deze mooie dagtocht is **€ 92,-**.

Vanuit Seniorenvereniging St. Lucia hebben
Gairthy Exalto en **Paula van de Rijt** de organisatie.

Bezoek ook onze website: www.seniorenstlucia.nl

SENIOREN ST.LUCIA ACTIEF IN DE HELMONDSE LICHTJESPARADE



Zaterdag 7 maart was genieten!

Zaterdag 7 maart 2026 was er de Helmondse Lichtjes Parade in Mierlo Hout, eentje voor in de boeken.

Het was genieten met een hele grote "G".

Tussen de 14.000 – 17.000 toeschouwers hebben genoten van de vele prachtige creaties van alle deelnemers. Er waren individuele deelnemers met creatieve slogans en mooie uitdossingen, vele groepen, een muziekgezelschap met prachtige kostuums en uiteraard weer de vele mooie en grote verlichte praalwagens.

Ook drie bestuursleden van onze vereniging hebben de organisatie van de Helmondse Lichtjes Parade ondersteund!

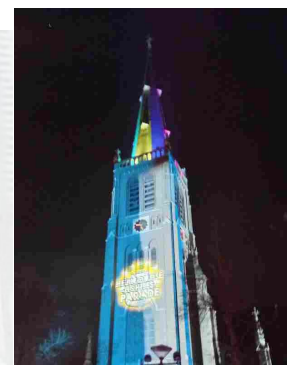
We hebben als "flexibele schil" een gedeelte van het parcours door de Hoofdstraat beveiligd.

We kunnen weer terugkijken op een fantastische Helmondse Lichtjes Parade en leveren ook volgend jaar weer graag onze bijdrage daaraan.

Marie-José Huijbregts

Maria Dekkers

Hans van Knegsel.



Vanaf **april** starten we weer met Jeu de Boules! Iedere week komen we samen voor een gezellige en sportieve middag op de baan aan het van Deutekomplein.

Of je nu ervaren bent of voor het eerst een bal gooit, iedereen is welkom om te kijken of mee te doen.

Tegelijkertijd stopt per april de "Korte Wandeling".

We kijken terug op fijne wandelmomenten en bedanken iedereen die de afgelopen periode heeft meegelopen.

Hopelijk zien we elkaar in **oktober** terug voor een nieuw seizoen "Kort Wandelen".

Bezoek ook onze website: www.seniorenstlucia.nl



VERSLAG van de Lezing Quilten op 10 maart 2026

Gerrie Wilms, geboren en getogen in Mierlo-Hout, verzorgde op 10 maart voor 35 belangstellenden een boeiende voordracht over haar grote hobby:

Quilten (twee lagen textiel met vulmateriaal ertussen, doorgestikt.)

Het maken van praktische en mooie dingen met textiel kreeg zij van thuis mee. Zij woonde 35 jaar in Amerika en werkte daar o.a. aan reparatie en conservering van kostbare textielmuseumstukken.



Haar verhaal met mooie foto's leidde ons over de hele wereld door de geschiedenis van het maken van quilts. Van de oudheid tot nu. Europa, Azië, Amerika en ook Afrika en Hawaï kwamen aan bod. Overall hebben mensen op hun eigen typische manier quilts gemaakt.

Eerst praktisch, warme en beschermende kleding. Soms van verzamelde oude lapjes aan elkaar genaaid voor hergebruik.

Maar al gauw ook voor de sier, zoals een wandkleed uit de 14e eeuw met een doorgestikt patroon waarin een scene van het Tristan en Isolde-verhaal wordt uitgebeeld.

Het maken van mooie quilts van lapjes uit nieuwe stoffen was al vroeg populair. Niet alleen in Engeland, maar over de hele wereld. In Amerika werden in de 19e eeuw veel Vriendinnenquilts gemaakt: Elk groepslid maakt één eigen "blok" of lapje. Deze losse blokken worden later samengevoegd tot één groot geheel als cadeau voor

een huwelijk of andere bijzondere gelegenheid.

Nu is quilten een bijzondere vorm van kunst geworden, waarbij creatief wordt gespeeld met vormen en kleuren. En waarbij de perfecte beheersing van snijden en naaien nodig is om soms met duizende lapjes een gaaf oogstrelend resultaat te krijgen.

In Amerika is quilten uitgegroeid tot een hobby voor heel veel mensen en de resultaten zijn daar te bewonderen in diverse quiltmusea.

Na haar voordracht konden de bezoekers een aantal door Gerrie gemaakte quilts bekijken. Ook gaf zij uitleg aan de hand van een aantal quilt-onderdelen waaraan de manier van werken goed te zien was.

Henk Giebels



Bezoek ook onze website: www.seniorenstlucia.nl

VALPREVENTIE – VEILIG BEWEGEN in en om uw HUIS.

Blijven genieten van de dagelijkse dingen.

Bent u 65 jaar of ouder en woont u nog thuis in Helmond?

Neem deel aan het **gratis** valpreventieprogramma en blijf langer fit, zelfstandig thuis wonen én genieten van het leven.

Waarom meedoen?

U kunt de dagelijkse activiteiten langer blijven doen.

U werkt aan een betere spierkracht, conditie en evenwicht.

U wandelt en beweegt met meer zelfvertrouwen.

U leert nieuwe mensen kennen.



Vraag uzelf af:

Bent u de afgelopen 12 maanden gevallen?

Bent u bezorgd om te vallen?

Heeft u moeite met bewegen, lopen of balans houden?

NEE, op alle vragen.

Laag valrisico:

Doe mee met regulier sport- en beweegaanbod.

Ga naar een voorlichting over vallen en valpreventie.

JA, op één of meer vragen.

Is sprake van één of meer van onderstaande factoren:

Had u letsel ten gevolge van de val?

Heeft u twee of meer vallen gehad in het afgelopen jaar?

Was verlies van bewustzijn de oorzaak van de val?

Kon u niet overeind komen na de val?

Bent u iets kwetsbaarder? (U heeft hulp nodig bij complexere dagelijkse taken zoals zwaar huishoudelijk werk, koken, boodschappen doen en alleen buiten lopen.

NEE....Doe de looptest (4 meter). (Looptest voor het bepalen van de loopsnelheid).

Looptest **minder** dan 4 seconden

Doe mee met regulier sport- en beweegaanbod.

Ga naar een voorlichting over vallen en valpreventie.

Looptest **langer** dan 4 seconden

Ga naar een voorlichting over vallen en valpreventie.

Doe mee met een valpreventieprogramma,

JA....hoog valrisico

Ga naar een voorlichting over vallen en valpreventie.

Doe mee met een valpreventieprogramma



De informatiebijeenkomsten in Helmond in 2026.

Mierlo-Hout: wijkhuis de Geseldonk, Cederhoutstraat 44

4 of 12 mei

15:00-17:00 uur

Helmond-West: wijkhuis Westwijzer, Cortenbachstraat 70

7 of 21 mei

15:00-17:00 uur

Brandevoort: wijkhuis 't Brandpunt, Biezenlaan 29

22 september of 6 oktober

15:00-17:00 uur

Aanmelden: via www.jibbplus.nl/valpreventie

of

Telefoon: 0492-347071

Bezoek ook onze website: www.seniorenstlucia.nl

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 enz.

Stuur dan een e-mailtje naar: info@vboh.nl of
Bel: 0492-792392

“LUISTEREND OOR”

Soms kan er wel eens wat tegen zitten of voorvallen waar mee u blijft rondlopen. Praten lucht op en schept ruimte zodat u er wellicht anders mee om kunt gaan. Onze ledenzorg biedt u een vertrouwelijk en luisterend oor. Uw gesprekje blijft onder ons.

Minie van Kilsdonk
Telefoon: 0492-543878



AANLEVEREN KOPIJ voor de nieuwsbrief van mei 2026

Heeft u een leuk verhaal dat u met ons wilt delen, stuur het dan op naar de redactie:
redactie@seniorenstlucia.nl

S.v.p. **vóór 14 april** inleveren. Het wordt dan geplaatst in onze nieuwsbrief “Kontakt.”

De redactie

Bezoek ook onze website: www.seniorenstlucia.nl

Dagelijks bestuur

Voorzitter:
Ton van de Meulenhof
voorzitter@seniorenstlucia.nl
Telefoon: 06-534 175 29

Vicevoorzitter / PR en Communicatie:
Hans van Knegsel
vicevoorzitter@seniorenstlucia.nl
Telefoon: 06-123 045 86

Penningmeester:
Paul Stege
penningmeester@seniorenstlucia.nl
Telefoon: 06-247 819 59
Rekeningnummer KBO-St. Lucia:
NL43 RABO 0123 8028 06

Secretariaat:
Maria Dekkers
secretariaat@seniorenstlucia.nl
Telefoon: 0492-539235

Bestuursleden

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

Contactpersoon St. Lucia chauffeurs
(St. Luciamaatje):
Elly Verhees
elly_verhees@hotmail.com
Telefoon: 06-142 114 73

Redactie “Kontakt” en Webmaster:
Marie-José Huijbregts
redactie@seniorenstlucia.nl
Telefoon: 0492-662163

Ondersteuning
Ledenadministratie:
Sjaak Wintjes
Telefoon: 06-104 331 73

Ons-bezorging:
Rob Elemans
ellyenrob.elemans@gmail.com
Telefoon: 0492 524354

Repaircafé:
Johnny van Diepen
j.diepen33@upcmail.nl of
repaircafe@seniorenstlucia.nl
Telefoon: 06-233 513 32