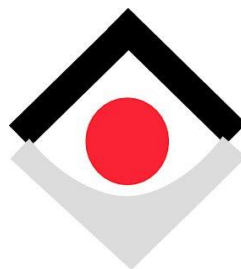


't Bedonkske



Nieuwsbrief Seniorenvereniging KBO Beek en Donk

Jaargang 23 nummer 4
1 april 2019

Hallo beste mensen,

Op 21 maart was onze Jaar-/algemene ledenvergadering. Allemaal duidelijk in woord en beeld gebracht, hoe 2018 was verlopen. Na de pauze kregen we een schitterende presentatie. Door Lenie Huijbers en Ton Sonneveldt werden hun reizen, die ze gemaakt hebben in het Himalayagebied, door middel van een dia-presentatie getoond en door hen beiden voorzien van alle informatie. Tibet, Nepal, de bevolking, het Boeddhisme: alles kwam als het ware aan ons voorbij, alsof we er zelf geweest waren, zo enthousiast vertelden ze hun verhalen. Lenie had van haar meegebrachte souvenirs een mooie tafel ingericht, waar we na afloop alles konden bekijken en kleinigheidjes kopen zelfs.

Bedankt Lenie en Ton, voor het met ons willen delen van al dit schoons!

Nog even en dan is het al weer PASEN. Als het weer meezit, kan de Paashaas mooi eitjes en haasjes in de tuinen verstoppen voor de kleinkinderen. Het is ieder jaar weer genieten van die snoetjes, die lachen, omdat ze weer wat gevonden hebben.



Donderdag 9 mei a.s. verwendag voor supersenioren! Het is altijd de moeite waard om mee te gaan, als u dat kunt.

U allen wens ik fijne, sfeervolle Paasdagen toe.

Groetjes van Tonny Jacobs-Pothof.

Agenda voor april 2019

Alle activiteiten worden gehouden in het Ontmoetingscentrum in Beek en Donk, tenzij anders is aangegeven.

dinsdag	Yoga	09.15-10.15 uur	
	Yoga op de stoel	10.30-11.30 uur	
	Seniorenkoor	13.30-15.30 uur	bij v.d. Burgt
woensdag	Fitness	11.00-12.00 uur	Sportcentrum
	Kaarten en Rummikub 10 april en 24 april	14.00-16.00 uur	
	Biljarten	13.00-17.00 uur	
donderdag	Yoga	10.45-11.45 uur	
	Yoga	12.00-13.00 uur	
	Gymclub 55+	15.30-16.30 uur	Sporthal
	Samen fietsen	Vertrek 9.30 uur Heuvelplein	
vrijdag	Dansen 't Buitenbeentje	09.30-11.00 uur	
	Fitness	11.00-12.00 uur	Sportcentrum

Contactpersonen:

Gymclub 55+	C. Vermeulen	tel. 450124
Kaarten / Rummikub	P. van Oosterwijk	tel. 464063
Seniorenkoor	P. Hamelijncx	tel. 462081
Yoga / Yoga op de stoel	R. Donkers	tel. 0620932434
Volksdansen 't Buitenbeentje	N. Maas	tel. 462064
Biljarten	J. Kerkhof	tel. 462073.
Samen fietsen	S. van Duijnhoven Rien/Nellie Hendriks	tel. 468675

Vooruitblik

- 04 april Excursie maaltijdvoorziening ZuidZorg;
Vertrek ontmoetingscentrum 9.15 uur.
- 08 april Marcienne Paasmodeshow;
Vertrek Ontmoetingscentrum 13.45 uur.
- 08 april Leeskring
- 08 april Inloopochtend met kaartverkoop
- 09 april Alzheimer café Beek en Donk;
Eenmalig in Ontmoetingscentrum: Aanvang 19.30 u.
- 11 april Voorjaarsbijeenkomst;
kaartverkoop 25 maart tijdens de Inloop in het
Ontmoetingscentrum 10.00 -12.00 uur.
- 29 april Inloopochtend
- 30 april Stef Bos (Zie deze link naar de website)
https://www.kbobrabant.nl/view.php?Pagina_Id=13053
- 09 mei Verwendagtocht Supersenioren**
Museum Soet en Vermaeck (**blz. 4**)
- 14 mei Bedevaart naar Handel**
- 28 mei Karin Bloemen (blz. 7)**

Overleden

- 09 maart Dhr. Cor van Schijndel, 84 jaar
- 21 maart Dhr. Harrie van de Laar, 92 jaar.



*Als er slechte dagen komen, is het
kostbaarste bezit,
de herinneringen aan de goede dagen.*

(Godfried Bomans)

Lidmaatschap

Opgave nieuwe leden en adreswijzigingen bij de secretaris.

De contributie voor 2019 bedraagt € 21,40.

Voor nieuwe leden na 1 juli is de contributie € 10,70.

IBAN: NL 92 RABO 0112 0961 58 t.n.v. KBO Beek en Donk.

Opzegging lidmaatschap: schriftelijk vóór 1

december 2019 bij de secretaris: Francien

Vereijken, Kerkstraat 56, 5741 GL Beek en Donk.

E.-mail: secr.kbobd@gmail.com

Onze website vindt u op: www.kbo-beekendonk.nl

Wilt u het Bedonkske ook digitaal ontvangen?

Stuur een email naar ingeborgwesterbeek@gmail.com met de tekst: 'Het Bedonkske per email'.

Dan heeft u het Bedonkske eerder in uw mailbox dan in de brievenbus.



Verwendagtocht voor supersenioren!!

Op **donderdag 9 mei** gaan we met de supersenioren naar **Museum Soet en Vermaeck** in Hilvarenbeek. Het museum is rolstoel en rollator toegankelijk. U hoeft niet veel te lopen; het Museum komt aan u voorbij. Voldoende begeleiding aanwezig. Met Supersenioren bedoelen we alle 80 plussers, maar ook leden waarbij het lopen soms wat moeilijker gaat en die niet zo gemakkelijk met een andere dagtocht mee kunnen.

Het programma ziet er als volgt uit:

9.45 uur: Verzamelen parkeerplaats Ontmoetingscentrum

10.00 uur: Vertrek naar Hilvarenbeek

11.00 uur: Aankomst bij het Draaiorgelmuseum met een humoristische rondleiding. Daarna gaan we naar het Museum Dansant. Hierbij is inbegrepen: 2 x koffie, Brusselse wafel met slagroom, frisdrank en nootjes.

13.00 uur: Luxe lunch met veel extra's

14.00 uur: Bezoek aan het Kermismuseum met een cabaretachtig programma.

We brengen een bezoek aan de kermis van 1920. Laat u verwennen met poffertjes, gebrande nootjes, popcorn en suikerspin etc. incl. 2 consumpties, fris, wijntje of biertje of voor de liefhebbers een heerlijk advocaatje met slagroom. In het kermisprogramma zitten diverse spelelementen, waarbij men ook nog een leuk prijsje kan winnen.

16.00 uur: Vertrek terug naar Beek en Donk.

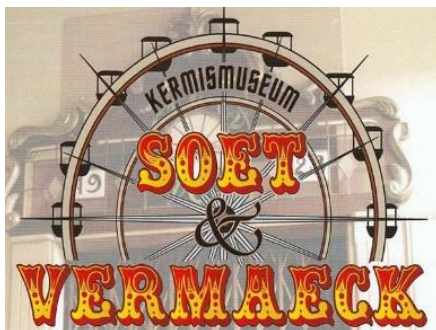
17.00 uur: Verwachte aankomsttijd Beek en Donk.

Deze leuke en voordelige reis bieden wij u aan voor € 35,00 per persoon.

U kunt zich opgeven met betaling bij:

De inloop op maandag 8 april tussen 10.00 en 12.00 uur in het Ontmoetingscentrum of bij **Stien van Duijnhoven**, Kapelstraat 45, telefoon 468675 of **Francien Vereijken**, Kerkstraat 56, telefoon 463860 of per Email en overboeking bank: secr.kbobd@gmail.com Bankrek. Nr. NL92RABO0112096158 t.n.v. KBO Beek en Donk, omschrijving 'dagtocht Supersenioren'.

Ga ook mee, samen maken we er een gezellige en vrolijke dag van!!



Rabobank Clubkas Campagne 2019

Ook in 2019 heeft KBO Beek en Donk zich aangemeld voor de Rabobank Clubkas Campagne. Alle leden van Rabobank Peel Noord kunnen stemmen. Zij ontvangen per post een unieke code. Met die code mag u tussen **4 en 30 april**, 5 stemmen uitbrengen op 5 verenigingen van uw voorkeur. Elke uitgebrachte stem zal de

vereniging wellicht plus minus € 3,33 opleveren als sponsoring voor allerlei activiteiten.

We hopen dat u een van uw 5 stemmen wilt geven aan onze eigen vereniging,



KBO Beek en Donk. Probeer ook in uw eigen kring, familie en vrienden, attent te maken op de mogelijkheid van stemmen.

De opbrengst uit deze campagne komt aan uzelf ten goede. Wij danken u bij voorbaat voor iedere uitgebrachte stem op onze eigen vereniging.

KBO Beek en Donk inloopochtend

Hulp bij digitaal gebruik van smartphone en computer.

Wanneer? Maandag 8 april in het Ontmoetingscentrum.

Hoe laat? Van 10.00 uur tot 12.00 uur.

De koffie staat voor u klaar.



maandag 8 april	
maandag 13 mei	maandag 27 mei

Inloggen Website

Probeer eens onze website te bekijken. Geef ons uw e-mailadres door en wij laten regelmatig de nieuwtjes zien, die dan bekend zijn.

Website: www.kbo-beekendonk.nl (inloggen met ledennr.+wachtwoord) Peter Vogels Tel.: 06-30375665.

Mail: pcemvogels@gmail.com

Cultuurclub seizoen 2018-2019

Kijk voor het volledige programma op de website:

https://www.kbobrabant.nl/view.php?Pagina_Id=13053

Opgeven met naam, adres, telefoonnummer en e-mailadres bij Ingeborg Westerbeek, Rogier Monicxlaan 18, tel. 06-51054019, e-mail ingeborgwesterbeek@gmail.com.

De volgende voorstelling is op 28 mei. Karin Bloemen. Aanvang: 20.15 uur. Kosten: € 31,50 betalen vóór 7 mei. U moet uiterlijk vóór de vermelde datum betalen op banknummer (IBAN) NL92 RABO 0112 0961 58 t.n.v. KBO Beek en Donk o.v.v. Cultuurclub en naam van de voorstelling.



De bovenstaande prijs van de toegangskaart is inclusief besprekingskosten en (benzine)vergoeding voor de chauffeur. Wilt u eventueel ook rijden voor andere personen, die naar de voorstellingen gaan, dan zouden wij dat graag willen weten. Dit kunt u aangeven bij de aanmelding.

Succesvolle informatieavond KBO Beek en Donk

Op woensdag 13 maart jl. heeft de KBO Beek en Donk, in samenwerking met de GGD, ViERBINDEN en Kruiswerk Laarbeek een educatieve informatieavond gehouden met als onderwerp 'Tekenen en de ziekte van Lyme in combinatie met stilstaan en bewegen'. Op een goed bezochte bijeenkomst luisterden de aanwezigen naar een bevlogen Chris Kinders, die begon met het belang van bewegen voor ouderen. In beweging blijven is ontzettend belangrijk voor alle functies van je lichaam en het is goed om je dat voortdurend



te realiseren. Bovendien doe je het meestal samen met anderen en dat is nog gezellig ook. Ook thuis kun je er eenvoudig wat aan doen. Een tip die bijvoorbeeld meteen toegepast kan worden: opstaan zonder je handen te gebruiken. Hiermee versterk je je bovenbeenspieren. Na de pauze kwamen de eikenprocessierups en de teken aan de beurt.

Ook wederom waardevolle informatie op een vaak humoristische wijze gebracht. De eikenprocessierups is bijvoorbeeld wel erg vervelend (je krijgt er jeuk van en uitslag) maar is verder niet schadelijk. Voor de teek



ligt dat anders: klachten van de ziekte van Lyme (overgebracht door een besmette teek) kunnen vaak pas na maanden optreden en in eerste instantie lijken op griepverschijnselen. Artsen onderkennen dan de ziekte niet en dat kan ernstige gevolgen hebben. Er komt langzamerhand wel steeds meer aandacht voor. Gelukkig zijn de meeste teken niet besmet en als je op wandel- en fietspaden blijft, heb je weinig kans op een tekenbeet. Het is overigens een fabeltje dat ze uit bomen kunnen vallen.

Kortom, een heel geslaagde avond!

Mariëtte Frijters, KBO Beek en Donk.

Drukbezochte Jaarvergadering KBO Beek en Donk

Op donderdagmiddag 21 maart vond de jaarvergadering plaats van de KBO Beek en Donk en de opkomst van ruim 70 leden tekende de interesse. Voorzitter Don van Sambeek sprak het openingswoord en onderstreepte dat de gemeente oog heeft voor de ouderen in haar beleid. Het door de Seniorenraad ingediende beleidsplan is zelfs volledig overgenomen zodat we de gemeente er ook altijd op kunnen aanspreken. Er zal bijvoorbeeld niet gekort worden op vrijwilligerswerk dus daar gaan we de gemeente dan ook aan houden. We zijn blij dat Monica Slaets het ouderenbeleid in haar portefeuille heeft want dat geeft aan dat

de gemeente Laarbeek belang hecht aan het welzijn van de ouderen.

Het verslag van het afgelopen jaar werd door de secretaris met verve gebracht. Duidelijk was dat er erg veel activiteiten worden georganiseerd.

Er was ook een moment van stilte na het voorlezen van de namen van de overleden leden.

Na het financiële gedeelte was het tijd voor de bestuurswisseling. George van Issum werd herkozen in het bestuur. Twee uittredende leden, Stien van Duijnhoven en Anny Kuijpers, werden hartelijk bedankt voor hun bewezen diensten en Mariëtte Frijters werd als nieuw bestuurslid benoemd.

Direct na de pauze verzorgden Lenie Huijbers en Ton Sonneveldt een indrukwekkende presentatie over hun reizen door de Himalaya. Zij lieten ons meereizen middels foto 's en verhalen langs o.a. Tibet en Nepal. Zo kregen we een goede indruk van de cultuur, de mensen en de landschappen aldaar.



Lenie en Ton laten weten erg dankbaar te zijn voor de bijdragen na afloop waardoor zij een mooie gift hebben kunnen doen aan het Tamsarya project.

Om 16.30 uur sloot de voorzitter de zeer geslaagde vergadering af.

Filmclub nieuw (Zie Bedonkske van maart; op de website

<https://www.kbobrabant.nl/download/470751-Bedonkske+2019+nummer+3+d.pdf>)

We hebben een FilmApp: Filmclub Beek en Donk. **Waar gaat dat over?**

- Je wilt naar een film, maar je gaat niet graag alleen.

Hoe kun je dan toch met iemand samen gaan?

Misschien heb je geen vervoer en wil je met iemand meegaan. Of je hebt wel vervoer en wilt iemand meenemen.

Voor deze App heb je een smartphone nodig! (Heb je hulp nodig, dan kun je op maandagochtend terecht bij de Inloop. Zie blz. 6)



Hoe geef je je op voor de App?

Aanmelden kan door Ingeborg Westerbeek (06-51054019) een bericht te sturen met je 06-telefoonnummer met de mededeling:

FILMCLUB BEEK EN DONK.

Dan word je toegevoegd aan de App.

Computerhulp

Problemen met de computer?

Leo van Sinten 0492-462106

e-mail: leo_van_sinten@hotmail.com

Informeert u even naar eventuele onkosten.



Woningzoekenden



& prettig wonen

Op zoek naar een woning in Laarbeek? Het beste is om u te melden bij de inloopmiddag van Wocom. Deze is elke donderdagmiddag van 13.30 tot 15.30 uur. Contact met Wocom per telefoon: 0493-497678.

Keuring voor het rijbewijs

Mensen die met een herkeuring hun rijbewijs moeten verlengen kunnen bellen met het secretariaat van KBO Beek en Donk: 0492-463860





Open huis Plezant

Tot en met 6 juli
iedere eerste zaterdag
van de maand
van 13.30 en 15.00 uur

In Plezant logeershuis, een prettige en gastvrije accommodatie in Lieshout, kunnen mensen met (een vermoeden van) dementie logeren, variërend van enkele dagen tot een langere periode. Hierdoor kunnen wij de mantelzorg tijdelijk ontlasten, zodat die even op adem kan komen of misschien zelf op vakantie kan gaan.

Bent u benieuwd naar Plezant en wilt u een kijkje komen nemen? Loop dan eens binnen op één van onze open huizen. U bent van harte welkom, de koffie staat klaar!

Franciscushof 17, 5737 BE Lieshout

T: 0900 - 899 8636

E: info@zorgboog.nl

I: www.ikkiesvoorons.nl

PLEZANT

LOGEERHUIS VOOR MENSEN MET DEMENTIE

Belangrijke telefoonnummers

-VIERBINDEN	0492-328800
-Alarmering,Thuisbezorgen maaltijden	0492-328803
-Vrijwilligershulp van VIERBINDEN: Vrijwillige Hulpdienst, Klussendienst, Steunpunt Mantelzorg en Slimme zorg ma., wo. en vrij. van 9.00-10.30 uur	0492-464289
-Dorpsondersteuner	0492-328803
-Zorgaanbieders:	
Savant	0492-572000
Tot Uw Dienst	06-30640121
Zorgboog	0900-8998636
Zuidzorg	040-2308408
Rabobank telefoon seniorendesk/nabestaandendesk	0492-391900
Rabo e-mailadres: seniorendesk@peelnoord.rabobank.nl	

Bestuur KBO Beek en Donk

Voorzitter	Don van Sambeek	tel. 462032
Penningmeester	Francien Spit-van Brussel	tel. 462046
Secretaris	Francien Vereijken-v/d Boogaard	tel. 463860
Lid	Ad de Fost	tel. 462862
Lid	George van Issum	tel. 463208
Lid	Peter Vogels	tel. 06 30375665
Lid	Mariëtte Frijters-Klijnen	tel. 849003/06 15962783

Kopij voor 't Bedonkske

Ingeborg Westerbeek, Rogier Monicxlaan 18, 5741 ES Beek en Donk

e-mail: ingeborgwesterbeek@gmail.com

Adresverandering /overlijdensbericht

Doorgeven aan het secretariaat: Kerkstraat 56, 5741 GL Beek en Donk.

Francien Vereijken: email: secr.kbobd@gmail.com

Zieken?

Is u bekend dat een lid van de KBO, uw buur of goede kennis, in het ziekenhuis ligt of langdurig ziek is, laat het dan even weten aan **Marietje van de Rijt, Lijsterlaan 80, telefoon: 0492-464233**. Namens de KBO stuurt zij dan een kaart.

Magazine Ons

Opmerkingen betreffende de bezorging van Ons/Bedonkske:

Ad de Fost, Goudsbloemstraat 6. Tel. 462862

Tip: Bewaar 't Bedonkske tot het nieuwe blad verschijnt! (in de week van 6 mei 2019.)