



Actief en Veelzijdig

Jaarprogramma april 2016 - april 2017
Wees welkom bij al onze activiteiten



KBO bestuur Willy van der Steijn voorzitter
Kees Kuijpers secretaris
Harry van de Ven penningmeester a.i.
Ria van Hemmen vicevoorzitter en reizen
Henk Kuijpers overlegzaken
Sonja van den Berg activiteiten
Corrie van der Heijden activiteiten
en de vele vrijwilligers van KBO-Dinther

Wandelen

We wandelen wekelijks op dinsdag in twee groepen. Afgestemd op de deelnemers wandelt de ene groep een grotere afstand dan de andere. Na terugkomst drinken we gezamenlijk koffie.

- informatie bij Wilma van Doorn, tel. 291608 of Tiny van Rooij, tel. 292932

Nordic Walking

Rug en knieën worden bij Nordic Walking minder belast dan bij gewoon wandelen. We maken elke donderdag een wandeling met één afstand, die is afgestemd op de deelnemers.

- informatie bij Anny van den Broek, tel. 296319

Jeu de boules.

Op de banen van gilde St. Barbara wordt op iedere donderdag van 31 maart tot en met 27 oktober jeu de boules gespeeld.

- informatie bij Bart van de Wetering, tel. 06-28775509

Fietsen

In de maanden mei tot en met augustus worden korte (30 km) en lange (60 km) fietstochten georganiseerd.

- informatie bij Martien van Helvoort, tel. 292308

Duo fietsen

Iedere werkdag zijn buiten de winterperiode bij goed weer twee duofietsen met vrijwilligers beschikbaar voor leden die niet alleen kunnen of durven fietsen. Samen wordt een rondje gefietst in onze mooie omgeving, met een koffiestop halverwege. De deelnemers worden om 14.00 uur thuis opgehaald en komen weer terug om 16.30 uur.

- aanmelding en informatie bij Anny van den Broek, tel. 296319



Koersbal

Een binnensport waarbij afgeplatte ballen worden gebruikt. Iedereen kan er elke dinsdagmiddag aan mee doen. Kom het gerust eens vrijblijvend proberen. De spelregels worden ter plekke uitgelegd.

- informatie bij Piet van de Meerakker, tel. 294858

Senioren gym

Bewegen is gezond voor lichaam en geest. Juist als je ouder wordt is het belangrijk om in conditie te blijven. En als je het samen met anderen doet is het nog gezellig ook. Onder deskundige leiding wordt 'Meer bewegen voor ouderen' georganiseerd door ONS welzijn.

- informatie bij Willy van der Steijn, tel. 292478

Tenzij anders vermeld vinden de activiteiten plaats in cc Servaes of start de activiteit daar.



Ontspanning

Dansen

Op elke zondag kun je stijldansen, afgewisseld met line dansen. Een diskjockey verleent medewerking aan deze dansavonden.

- informatie bij Mieke van Schijndel, tel. 291694

Linedansen

Onder leiding van Oda van Zutphen kan men op iedere vrijdagmiddag linedansen.

- informatie bij Mieke van Schijndel, tel. 291694

Volksdansen

Volksdansgroep Kujawiak bestaat uit ongeveer 16 personen. De deelnemers dansen iedere donderdag onder leiding van Liesbeth Wellens en Truus van Zutphen. Nieuwe leden zijn van harte welkom.

- informatie bij Liesbeth Wellens, tel. 291259 of Truus van Zutphen, tel. 292430

Rikken en Jokeren

We houden de traditie in ere door twee keer per maand te rikken en te jokersen. Er zijn steeds leuke prijzen en een loterij in de pauze.

- informatie bij Riek van den Boom, tel. 291525

Kienen

Het is traditie om één keer per maand te kienen. Telkens zijn er leuke prijzen te winnen.

- informatie bij Luus van de Ven, tel. 292105

Biljarten

Op iedere dinsdag en iedere donderdag is het vrij biljarten voor iedereen. Er zijn drie biljarttafels beschikbaar.

- informatie bij Jacques van der Meijden, tel. 292538

Creativiteitsmiddag

Op iedere dinsdag is er gelegenheid verschillende handwerkvormen te beoefenen zoals haken, breien, kleuren, kaarten ontwerpen, bloemschikken, schilderen en boetseren.

- informatie bij Henk Kuijpers, tel. 320317



Eet en beleef

Uit eten in Cunera/De Bongerd

KBO-leden kunnen genieten van een 4-gangendiner met koffie en twee consumpties in het restaurant van Cunera/DeBongerd op iedere eerste dinsdag van de maand.

- aanmelding op donderdag voorafgaande bij Harry van de Ven, tel. 292356

Eetpunt cc Servaes

In een gezellige omgeving kunt u elkaar ontmoeten en samen eten. Op iedere donderdag wordt een heerlijk 3-gangenmenu geserveerd.

Mensen met een laag inkomen (AOW en eventueel een klein pensioentje) kunnen korting krijgen. ONS welzijn tel. 088-3742525 (Carmen van de Boom) kan u hierover nader informeren.

- aanmelding één week voorafgaand, via eetpunthdl@ccservaes.nl of bij Tonny van de Ven, tel. 06-20216398.

Dagbesteding

Zorgparticipatie HDL organiseert op iedere maandag en donderdag een middag met deskundige leiding vanuit Laverhof voor veelal oudere en kwetsbare mensen.

- informatie bij cliëntenservicebureau Laverhof, tel. 298113

KBO jaarfeest

In de maand oktober is het jaarfeest. De locatie wordt nog vastgesteld. Er is dan een middag- en avondprogramma met identieke invulling, waarvoor een geringe eigen bijdrage wordt gevraagd. Deelname staat open voor leden en partner.

- informatie bij Kees Kuijpers, tel. 296143

Midzomeractiviteit

In de zomervakantie wordt een extra ontspanningsactiviteit georganiseerd speciaal bedoeld voor de thuisblijvers.

- informatie bij Kees Kuijpers, tel. 296143

Toneel De Oudere Garde

Toneelgroep De Oudere Garde voert elk jaar in de maand januari een humoristisch stuk op voor KBO-leden en op uitnodiging elders in de omgeving. Iedereen kan zich hierbij aansluiten.

- informatie bij Govert Juijn, tel. 291521

Seniorenkoor Cantando

Het koor treedt regelmatig op bij o.a. korendagen en feestelijkheden van de KBO. De muzikale leiding is in handen van een zeer deskundige dirigent. Het koor bestaat nu uit ongeveer 24 zangers en zangeressen en repeteert op iedere dinsdagochtend. Nieuwe leden zijn van harte welkom.

- informatie bij Annie Oosterholt, tel. 291583

Senioren Uitbureau

Het Senioren Uitbureau maakt uitstapjes voor (individuele) senioren mogelijk. Ook theater-, museum-, bioscoopbezoek of een gezellig dinertje behoren tot de mogelijkheden.

Rolstoelvervoer is beschikbaar.

Voor informatie en boekingen kan men terecht op iedere donderdagochtend in de hal van Cunera/De Bongerd.

- informatie bij Sonja van den Berg, tel. 292583

Film

Iedere maand wordt door KBO Heeswijk een actuele speelfilm gepresenteerd. Ook de leden van KBO Dinther zijn van harte welkom.

- locatie cc Bernrode



Museum- en concertbezoek

Zo mogelijk worden door het jaar heen museum- en concertbezoeken georganiseerd zoals regionale musea, Museumplusbus en Philharmonie Zuidnederland.

- informatie bij Kees Kuijpers, tel. 296143

Dagreizen

Twee keer per jaar wordt een dagreis georganiseerd per luxe comfortbus. Deelname is mogelijk voor alle leden, ook voor leden met een rollator of rolstoel. Lege plaatsen in de bus worden opgevuld met leden van andere KBO-afdelingen. Dit jaar naar Kleve en Delft.

- informatie bij Ria van Hemmen, tel. 292462

Meerdaagse reizen

Elk jaar wordt een meerdaagse reis van vijf dagen georganiseerd voor leden van KBO Heeswijk, Dinther en Loosbroek. In 2016 is de Elzas in Frankrijk het reisdoel.

Deze reis is niet geschikt voor leden die gebruik moeten maken van rollator of rolstoel.

- informatie bij Ria van Hemmen, tel. 292462

KBO Cultureel

Elk jaar in de maand november wordt een culturele middag gehouden. Senioren uit Heeswijk, Dinther en Loosbroek presenteren zich en maken anderen enthousiast om ook aan een of andere cultuurvorm deel te nemen.

- informatie bij Willy van der Steijn, tel. 292478

KBO Creatief

De Ontmoetingstuin vormt in de maand juli bij mooi weer het decor voor een creatieve middag. Het biedt alle mensen, die creatieve activiteiten ontplooiën, de gelegenheid om zich te presenteren aan Heeswijk en Dinther, aan jong en oud.

- informatie bij Henk Kuijpers, tel. 320317

Zingeving

Koffieochtend

Tijdens de bijeenkomsten op de vierde donderdag van iedere maand worden actuele onderwerpen besproken.

- informatie bij Henk Kuijpers, tel. 320317

Themabijeenkomsten

Meerdere keren per jaar organiseren we voor alle senioren een themamiddag. Gastsprekers belichten steeds een interessant en actueel thema. Ook bijzondere optredens of uitvoeringen zijn mogelijk.

- informatie bij Henk Kuijpers, tel. 320317

KBO Kerstviering

Ieder jaar wordt een kerstviering gehouden voor alle leden. De locatie wordt nog vastgesteld. Zang, gedichten, verhalen en een kerstspel zijn de ingrediënten voor een gezellige kerstsfeer onder het genot van een lekkere traktatie met koffie.

- informatie bij Kees Kuijpers, tel. 296143

KBO Eucharistieviering

Voorafgaand aan de Algemene Ledenvergadering wordt in de St. Servatiuskerk de eucharistie gevierd voor alle leden en alle overleden leden.

- informatie bij Ria van Hemmen, tel. 292462

Belastingadviseurs

De KBO heeft drie deskundige leden die u kunnen helpen met uw belastingaangifte en/of huur- en zorgtoeslag. Dit zijn: Gerrit van den Berg, Gerard van Dijk en Gerrit Oosterhof

- informatie bij Kees Kuijpers, tel. 296143

Ledenvoordeel

Als lid van de KBO komt u voor diverse kortingen in aanmerking, bijvoorbeeld voor energie, zonnepanelen, elektrische fietsen, smartphones, tablets en navigatiesystemen, premie ziektekosten, scootmobielen, trapliften, hoog/laagbedden en matrassen.

- informatie bij Harry van de Ven, tel. 292356

Vervoersservice voor senioren.

Aan mensen die niet over eigen vervoer en steunnetwerk beschikken biedt deze voorziening uitkomst voor bezoek aan ziekenhuis, gemeentehuis, dagbesteding, eetpunt e.d.

- aanmelding noodzakelijk bij Albert van den Boom, tel. 291785

Overleg lokaal, gemeente en regio

Op verschillende niveaus en samen met andere ouderenorganisaties, worden de belangen van senioren door het KBO bestuur behartigd.

- Tips, signalen of klachten zijn welkom bij de voorzitter, tel. 292478.

Belangenbehartiging

Ouderenadviseurs en cliëntondersteuner

De ouderenadviseurs Ivonne van Gool en Harry van de Ven helpen en adviseren bij het vertrouwelijk aanpakken en oplossen van problemen.

De cliëntondersteuner Ivonne van Gool biedt ondersteuning bij keukentafelgesprekken met de gemeente.

- informatie bij Harry van de Ven, tel. 292356

Informatiepunt Welzijn HDL

Het Informatiepunt Welzijn HDL biedt op iedere donderdagochtend hulp bij vragen over wonen, zorg en welzijn.

Daartoe zijn steeds deskundige adviseurs aanwezig.

- informatie bij Willy van der Steijn, tel. 292478

Communicatie

Van KBO-Brabant verschijnt 11x per jaar het ledenblad ONS. KBO-Dinther informeert haar leden via het nieuwe Maandblad, het jaarprogramma, het publicatiebord in cc Servaes, de regionale pers en de eigen website. Daarnaast verzorgt onze secretaris steeds vaker de informatie aan de leden via e-mail.

- informatie bij Ria van Hemmen, tel. 292462



Week- en jaaragenda april 2016 - april 2017

Dag	Activiteit. Locatie: CC Servaes, tenzij anders vermeld	Tijd
Zondag	Vrij dansen voor iedereen die van dansen houdt 50+	19.30 tot 23.00 uur
Maandag	Seniorengym	09.00 tot 10.00 uur
	Dagbesteding	13.30 tot 16.30 uur
Dinsdag	Wandelen en daarna koffie drinken	09.00 tot 10.00 uur
	Repetitie Seniorenkoor Cantando	10.00 tot 11.00 uur
	Biljarten voor iedereen	13.00 tot 17.00 uur
	Creatieve middag voor iedereen	13.30 tot 16.00 uur
	Koersbal	13.30 tot 16.00 uur
	Korte fietstocht, wekelijks vanaf 1e dinsdag in mei t/m 1e dinsdag in augustus	13.30 tot 17.00 uur
	Eten bij Cunera/De Bongerd 1e dinsdag van de maand	17.00 tot 19.30 uur
Woensdag	Seniorengym	10.30 tot 11.30 uur
	Kienen 1e woensdag van de maand; vanaf 13.00 uur kaarten kopen	14.00 tot 17.00 uur
	Rikken en Jokeren 2e woensdag van de maand; vanaf 13.00 uur inschrijven	13.30 tot 17.00 uur
Donderdag	Nordic Wandelen	09.00 tot 10.00 uur
	Senioren Uitbureau in Cunera/De Bongerd	10.00 tot 12.00 uur
	Informatiepunt Welzijn HDL	10.00 tot 12.00 uur
	Koffieochtend voor alle ouderen elke 4e donderdag van de maand	10.00 tot 11.30 uur
	Biljarten voor iedereen	13.00 tot 17.00 uur
	Jeu de Boules op het Gilde terrein begint op 31 maart en eindigt op 27 oktober	13.30 tot 16.00 uur
	Dagbesteding	13.30 tot 16.30 uur
	Eetpunt cc Servaes	17.00 tot 18.00 uur
	Volksdansen	18.45 tot 19.45 uur
Vrijdag	Line dansen	13.00 tot 15.00 uur
	Rikken en Jokeren 1e vrijdag van de maand; vanaf 19.00 uur inschrijven	19.30 tot 22.30 uur

Datum 2016	Activiteit	Aanvang
20 april	Themamiddag	13.30 uur
9 t/m 13 mei	Meerdaagse reis naar Elzas	
22 mei	Lange fietstocht	09.30 uur
15 juni	Dagreis naar Kleve e.o.	
23 juni	Lange fietstocht	09.30 uur
16 juli	KBO Creatief	13.30 uur
24 juli	Lange fietstocht	09.30 uur
3 augustus	Vrijwilligersdag	
3 augustus	Midzomeractiviteit	
24 augustus	Dagreis naar Delft	
25 augustus	Lange fietstocht	09.30 uur
28 september	Themamiddag	13.30 uur
19 oktober	KBO Jaarfeest	12.00 en 18.00 uur
19 november	KBO Cultureel	13.30 uur
23 november	Themamiddag	13.30 uur
14 december	KBO Kerstmiddag	13.30 uur

Datum 2017	Activiteit	Aanvang
20 januari	Toneel De Oudere Garde	14.00 uur
15 februari	Themamiddag	13.30 uur
20 februari	Pronkzitting 50+	18.49 uur
6-10 maart	Belasting invullen (zo nodig ook week daarna)	schema
15 maart	Jaarlijkse eucharistie viering met herdenking overleden leden	13.30 uur
15 maart	Algemene ledenvergadering	14.30 uur