



# Actief en Veelzijdig

Jaarprogramma april 2017 - april 2018  
Wees welkom bij al onze activiteiten



KBO bestuur Willy van der Steijn voorzitter  
Kees Kuijpers secretaris  
André Verstegen penningmeester  
Ria van Hemmen vicevoorzitter en reizen  
Margriet Beeftink 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 30 maart tot en met 26 oktober jeu de boules gespeeld.

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

## Fietsen

In de maanden april tot en met oktober 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 drie 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

In het kader van onze samenwerking met KBO-Heeswijk zijn leden over en weer welkom bij diverse activiteiten.



## 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

## Seniorengym

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, tel. 291259 of Truus, tel. 292430

## Rikken en Jokeren

We houden de traditie in ere door twee keer per maand te rikken en te jokeren. 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 Tiny van den Brand, tel. 291793

## Biljarten

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

- informatie bij Jacques van der Meijden, tel. 292538

## Creatief Café

Om de drie weken op dinsdag kan men samen met anderen creatief bezig zijn met haken, breien, kleuren, kaarten ontwerpen, bloemschikken, schilderen en boetseren.

- informatie bij Margriet Beeftink, tel. 291924



## 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 in eigen huis 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 25 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 onze leden 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

Drie keer per jaar wordt een dagreis georganiseerd. Twee keer voor de meer vitale senioren, d.w.z. ook voor leden met een rollator of inklapbare rolstoel. De derde reis is een speciale reis voor de minst mobiele leden.

- 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 2017 zijn de Hanzesteden in Noord Duitsland 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 Margriet Beeftink, tel. 291924

# Zingeving

## Koffieochtend

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

- informatie bij Margriet Beeftink, tel. 291924

## 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 Margriet Beeftink, tel. 291924

## 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

## Werkgroep I&Z

De KBO Kring Bernheze heeft sinds kort een werkgroep 'Identiteit en Zingeving' met als taak zich te bezinnen op mogelijke activiteiten in dit kader voor de zes KBO afdelingen in Bernheze.

- 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 Kees Kuijpers, tel. 296143

## 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 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

## Communicatie

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

- informatie bij Ria van Hemmen, tel. 292462
- Brievenbus KBO-Dinther, in portaal cc Servaes

# Belangenbehartiging

## Ouderenadviseurs

De ouderenadviseurs helpen en adviseren bij het vertrouwelijk aanpakken en oplossen van problemen.

- informatie bij Harry van de Ven, tel. 292356

## Informatiepunt Welzijn HDL

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

Daartoe zijn steeds deskundige adviseurs beschikbaar.

- Informatiepunt Welzijn, tel. 06-51649596
- informatie via [info@samensterkhdl.nl](mailto:info@samensterkhdl.nl)



# Week- en jaaragenda april 2017 - april 2018

Dag	Activiteit. Locatie: CC Servaes, tenzij anders vermeld	Tijd
<b>Zondag</b>	Vrij dansen voor iedereen die van dansen houdt 50+	19.30 tot 23.00 uur
<b>Maandag</b>	Seniorengym	09.00 tot 10.00 uur
	Dagbesteding	13.30 tot 16.30 uur
<b>Dinsdag</b>	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
	Creatief Café, om de drie weken	13.30 tot 16.00 uur
	Koersbal	13.30 tot 16.00 uur
	Korte fietstocht, wekelijks in de maanden april t/m oktober	13.30 tot 17.00 uur
	Eten bij Cunera/De Bongerd 1e dinsdag van de maand	17.00 tot 19.30 uur
<b>Woensdag</b>	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
<b>Donderdag</b>	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 30 maart en eindigt op 26 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
<b>Vrijdag</b>	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 2017	Activiteit	Aanvang	Datum 2018	Activiteit	Aanvang
11 mei	Lange fietstocht	09.30 uur	19/20/21 januari	Toneel De Oudere Garde	volgt t.z.t.
15 t/m 19 mei	Meerdaagse reis Hanzesteden	volgt t.z.t.	3 februari	Pronkzitting 50+	13.41 uur
21 juni	Dagreis naar Rotterdam	volgt t.z.t.	21 februari	Themamiddag	13.30 uur
25 juni	Lange fietstocht	09.30 uur	5-9 maart	Belasting invullen (zo nodig ook week daarna)	schema
4 juli	Speciale dagreis De Peel	volgt t.z.t.	21 maart	Jaarlijkse eucharistie viering met herdenking overleden leden	13.30 uur
8 juli	KBO Creatief	13.30 uur	21 maart	Algemene ledenvergadering	14.30 uur
23 juli	Lange fietstocht	09.30 uur			
26 juli	Vrijwilligersdag	volgt t.z.t.			
26 juli	Midzomeractiviteit	volgt t.z.t.			
23 augustus	Dagreis naar Friesland	volgt t.z.t.			
31 augustus	Lange fietstocht	09.30 uur			
27 september	Themamiddag	13.30 uur			
18 oktober	KBO Jaarfeest	12.00 en 18.00 uur			
18 november	KBO Cultureel	13.30 uur			
22 november	Themamiddag	13.30 uur			
13 december	KBO Kerstmiddag	13.30 uur			

Actuele informatie op publicatiebord in cc Servaes, in het Maandblad, in de bijlagen bij de ONS en op de website [www.kbo-dinther.nl](http://www.kbo-dinther.nl)