



Nieuwsbrief Oktober 2023

Vaste wekelijkse activiteiten in Den Eijkholt.

Maandag: Ouderengym MBvO, (Meer Bewegen voor Ouderen) van 09.30 – 10.15 uur.
Hierna koffie drinken. Contactpersoon en info: Jeannie Evers tel: 0497-541687
Handwerken en spelletjes van 13.30 – 15.30 uur. Wij verwelkomen graag nieuwe deelnemers. Loop gewoon even binnen.
Biljarten van 13.30 uur – 16.00 uur, en van 18.30 -22.30 uur
Contactpersoon en info: Harrie Gerrits tel: 0497-541781, of gsm 06-27452004

Dinsdag: Fietsen met de KBO: vertrek 13.00 uur bij de kerktoren.
Contactpersoon en info: Nel Theuws Tel: 0497-541277
Biljarten van 18.30 uur – 22.30 uur.
Contactpersoon en info: Harrie Gerrits tel: 0497-541781, of gsm 06-27452004.

Woensdag: Huiskamer van 10.00 – 14.00 uur. Kosten € 4,00 incl. lunch.
Vrij biljarten van 10.00–11.30 uur, en tevens **van 19.30 uur tot 22.30 uur.**
Contactpersoon: Harrie Gerrits, tel: 06-7452004.
Voor de gezelligheid: Koffie drinken van 10.00 – 11.30 uur. Voor alle ouderen
Die willen bijkletsen en een praatje, doe gewoon of je thuis bent, en wip gewoon een keer binnen.

Donderdag: Koersbal van 9.30 uur – 11.30 uur.

Vrijdag: In de kapel van Lucia: 9.30 uur Rozenkrans bidden, en om 10.00 uur H. Mis.

Activiteiten komende maand:

- 4 Okt.** Kienen in Den Eijkholt aanvang 13.30 uur.
- 5 Okt.** Seniorendag KBO in de Kattendans te Bergeijk.
- 5 Okt.** Cursus Digivitaler in Den Eijkholt van 10.00 tot 12.00 uur.
- 5 Okt.** Repaircafé Den Eijkholt van 10.00 tot 12.00 uur.
- 19 Okt.** Cursus Digivitaler in Den Eijkholt van 10.00 tot 12.00 uur.
- 19 Okt.** Repaircafé Den Eijkholt van 10.00 tot 12.00 uur.
- 22 Okt.** Eettafel voor ouderen in Den Eijkholt vanaf 12.00 uur. (Zie onderstaand bericht).
- 25 Okt.** Cursus VVN voor de auto, in Den Eijkholt. Aanvang 9.30 uur. (Zie aanmeldingsformulier)
- 27 Okt.** Dansmiddag voor Senioren in de kleine zaal van de “Drie Linden” start om 13.30 uur.
- 1 Nov.** Cursus VVN voor de auto, in Den Eijkholt. Aanvang 9.30 uur. (Zie aanmeldingsformulier).
- 3 Nov.** Start “Walking Sports” bewegen voor ouderen. (zie onderstaand bericht).

SENIORENVERENIGING KBO LUYKSGESTEL

Secretariaat: Kruisboomweg 2, 5575CZ Luyksgestel

Tel: 06-57673627 E-mail: ad.verhagen@kpnmail.nl

Bankrek.nr : NL88 RABO 0130 6089 71

KBO-Brabant
BELANGENVERENIGING VAN SENIOREN



Al onze KBO leden worden uitgenodigd voor de jaarlijkse oktoberbedevaart ter ere van de H. Gerardus Majella op de Weebosch in de Gerardus-feestweek van zondag 15 oktober tot en met zondag 22 oktober.

Zondag 15 okt. 8.30 uur H. Mis (kerk) 9.30 uur H. Mis (kerk)

11.00 uur H. Mis (in het processiepark) m.m.v. Parochiekoor Luyksgestel, met pelgrims van Bergeijk, 't Loo en Luyksgestel, Gilde van het H.

Sacrament, St. Martinusgilde uit Luyksgestel en het Sint Jorisgilde uit Bergeijk.

Voor meer informatie website: www.parochiebernardus.nl

Dansmiddag voor ouderen in de Drie Linden.

Vanaf 29 september zijn we weer begonnen vanuit de KBO met een dansmiddag voor 55+. Op elke laatste vrijdagmiddag van de maand staat deze gezellige dansmiddag gepland in het kleine zaaltje bij de Drie Linden in Luyksgestel. Hier worden liedjes gedraaid uit de jaren 60-70-80 waarbij de voetjes van de vloer kunnen. Heb je geen zin om te dansen maar wil je wel naar de muziek komen luisteren of gewoon voor de gezelligheid weet dan dat je ook zeker welkom bent. De tijd van deze dansmiddag is van 13:30 -17:00 uur. Entree is gratis.

De volgende datums zijn gepland voor 2023/2024: 27 oktober, 24 november, 29 december en 26 januari (dansen we beide keren bij den Eijkholt), 23 februari, 29 maart en 26 april op je agenda.

30 November Lezing Martien van Duijnhoven.

Op 30 november a.s. komt Martien van Duijnhoven naar Luyksgestel, en geeft er een lezing voor ouderen die heet: **SENIOR ZIJN: IN VERBINDING MET ELKAAR OUDER WORDEN.**

Dit is een lezing waarbij uitgelegd wordt hoe belangrijk het is om zich als oudere verbonden te voelen met je omgeving. Het leven ervaren we in de samenhang van een vijftal domeinen:

- Gezondheid en zorg voor jezelf. Familie en sociale contacten.
- Verenigingen en organisatievormen. Leefomgeving en natuur/klimaat.
- Expliciete bronnen van zingeving.

Deze domeinen zijn echter niet stabiel, en voor ieder is het een uitdaging om verbinding en samenhang te blijven ervaren. Gezondheid wordt anders, contacten vallen weg, woonomgeving verandert, en het leven toont zich in al zijn betrekkelijkheid. Soms ligt eenzaamheid op de loer. Levensmoed wordt van je gevraagd om verbinding, ervaren van samenhang, in stand te houden. In deze lezing wordt getoond hoe wij ouderen met onze levenservaring, met elkaar, bij kunnen dragen aan een zinvol leven. Getoond wordt de dynamiek van het goed ouder worden.

Martien van Duijnhoven behoort zelf tot de ouderen, en heeft in het onderwijs en als geestelijk verzorger gewerkt. Verder fungeert hij in een werkgroep Identiteit en Zingeving, en begeleidt hij vrijwilligers.

De lezing is gratis voor al onze senioren, en wordt gehouden donderdag 30 november in Den Eijkholt met aanvang 13.30 uur. Voor deelname kunt u zich nu al aanmelden bij onze secretaris telefonisch, 06-57673627 of per Email, ad.verhagen@kpnmail.nl.

SENIORENVERENIGING KBO LUYKSGESTEL

Secretariaat: Kruisboomweg 2, 5575CZ Luyksgestel

Tel: 06-57673627 E-mail: ad.verhagen@kpnmail.nl

Bankrek.nr : NL88 RABO 0130 6089 71

KBO-Brabant
BELANGENVERENIGING VAN SENIOREN



Inloop Dorpsondersteuner. De nieuwe dorpsondersteuner Sandra Verkennis is er voor u voor alle sociaal-maatschappelijke vragen. Zij houdt **inloopspreekuur, en wel op de eerste woensdag van de maand, te weten op 4 Oktober en 1 Nov.as.** Zij is bereikbaar via tel: 06-22528528, of via E-mail: info@dorpsondersteunerluyksgestel.nl

Eettafel voor alle 55 plussers:

Wij nodigen alle ouderen 55 plussers van Luyksgestel uit om eens te proeven van deze gezellige maaltijd in Den Eijkholt. Ook een introduce is welkom. De zaal is open vanaf 12.00 uur. Wij bieden U voor € 16.00 een uitgebreid 3 gangen diner aan, met gratis koffie en thee.

Wil je iemand verrassen en een plezier doen, wij hebben ook cadeaubonnen.

Agenda Eettafel: 22 Okt. En 19 Nov. Informatie: U kunt zich aanmelden bij:

Annemarie de Backer, Hendrik Wilsaan 2, tel: 06-51857824

Gerda van Gastel, Krommeweg 16, tel: 0497-541778.

“WALKING SPORTS” start in LUYKSGESTEL VRIJDAG 3 NOVEMBER 2023.

Op vrijdag 3 november start om 10.00u de nieuwe activiteit **Walking Sports** in Luyksgestel. Door een intensieve samenwerking met KBO Luyksgestel, Korfbalvereniging de Stormvogels, de dorpsondersteuner, Café de Stap, Zorg in Oktober en de ouderencoachen Debby en Myrna van BergeijkActief, kunnen we dit **tot eind juni 2024 gratis** aanbieden.

Wat is het? Aangepaste sportactiviteiten waarbij wandelen de basis vormt. Voor mensen van alle leeftijden, beperkte mobiliteit, en lage fitnessniveau. Lichamelijke activiteit op een toegankelijke en plezierige manier en aandacht voor valpreventie. De trainers worden beschikbaar gesteld door de afdeling Zorg van “Oktober”.

Waar is het? We ontmoeten elkaar elke vrijdagmorgen vanaf 10.00u in Café de Stap, waar er gelegenheid is om een kopje koffie of thee te drinken op eigen kosten. De Walking Sports beleven we vanaf 10.30u bij Korfbalvereniging de Stormvogels.

Is dit iets voor mij? Actief blijven, plezier hebben en genieten van de vele voordelen van lichamelijke activiteit, zonder de druk of intensiteit van traditionele sporten. Lage blessurerisico's, verbeteren balans en spierkracht, en een gezonde levensstijl bevorderen. Het kan tot eind juni 2024 gratis.

Wil je meer informatie? Je kan ons bereiken via onderstaande gegevens:

WhatsApp / Bellen : 06 - 57673627 of 06 - 22528528

Email: ad.verhagen@kpnmail.nl of info@dorpsondersteunerluyksgestel.nl



je.w. verhaal. onze zorg.

SENIORENVERENIGING KBO LUYKSGESTEL
Secretariaat: Kruisboomweg 2, 5575CZ Luyksgestel
Tel: 06-57673627 E-mail: ad.verhagen@kpnmail.nl
Bankrek.nr : NL88 RABO 0130 6089 71

KBO-Brabant
BELANGENVERENIGING VAN SENIOREN



Even de mantel uit ! Mantelzorgbijeenkomsten.

Elke 2^e dinsdag van de maand van 10 uur tot 12 uur, dus op 10 oktober. Aanmelden of vragen:
Den Eijkholt, tel: 0497-541327, Email: ac.ciedeneijkholt@gmail.com, t.a.v. Mieke Butterbrod.

Veilig Verkeer Nederland organiseert in samenwerking met de KBO op woensdag 25 Oktober en 1 November in Luyksgestel een opfriscursus "Auto" voor ouderen.

Gratis je verkeerskennis opfrissen ?

We willen allemaal zo lang mogelijk blijven autorijden. Maar je wordt wat ouder, en het verkeer vergt veel van je aandacht. Hoe zorg je er voor dat je mobiel blijft ? Iedereen kan gratis deel nemen aan de **VVN Opfriscursus Auto** van Veilig Verkeer Nederland. In samenwerking met de lokale VVN afdeling, de gemeente Bergeijk, en de KBO, organiseren we twee Opfriscursussen Auto voor de oudere automobilist. Deelname is gratis.

De cursussen worden gegeven op:

Luyksgestel: woensdag 25 Oktober en 1 November 2023 van 9.30 tot 11.30 uur in Den Eijkholt.

Bergeijk: Maandag 20 en 27 November 2023 van 13.30 tot 15.30 uur.

Let op : Je wordt op beide dagen van de 2 daagse cursus verwacht.

Aanmelden voor de VVN- cursus kan op volgende manieren, zoals het invullen van onderstaande strook, die u kunt inleveren bij de KBO secretaris Ad Verhagen, Kruisboomweg 2 Luyksgestel, of bellen en mailen naar tel: 06-57673627 of per Email: ad.verhagen@kpnmail.nl.

Hierlangs afknippen

Aanmeldingsformulier voor **cursus "Auto" op 25 Oktober en 1 November** in Den Eijkholt. Aanvang: 9.30 uur. Inleveren Adres Kruisboomweg 2 Luyksgestel.

Aanmelden voor 10 Oktober.

Naam: _____

Adres: _____ Postcode: _____

Tel: _____

E-mail: _____