



Nieuwsbrief September 2023

Vaste wekelijkse activiteiten in Den Eijkholt.

Maandag: Ouderengym MBvO, (Meer Bewegen voor Ouderen) van 09.30 – 10.15 uur.

Hierna koffie drinken Den Eijkholt tot 11.30 uur.

Knutselen van 13.30 – 15.30 uur.

Biljarten van 13.30 uur – 15.30 uur, en van 18.30 -21.30 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 – 21.30 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. 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:

6 Sept. Kienen in Den Eijkholt aanvang 13.30 uur.

7 Sept. Cursus Digivitaler in Den Eijkholt van 10.00 tot 12.00 uur. (Zie onderstaand bericht).

7 Sept. Repaircafé Den Eijkholt van 10.00 tot 12.00 uur.

10 Sept. Eettafel voor ouderen in Den Eijkholt vanaf 12.00 uur. (Zie onderstaand bericht).

21 Sept. Cursus Digivitaler in Den Eijkholt van 10.00 tot 12.00 uur. (Zie onderstaand bericht).

21 Sept. Repaircafé Den Eijkholt van 10.00 tot 12.00 uur.

25 Sept. Cursus fietsen met de E-bike, in Den Eijkholt. aanvang 13.30 uur. (Zie Aanmeldingsformulier).

29 Sept. Dansmiddag voor Senioren in de kleine zaal van de “Drie Linden” start om 13.30 uur.

5 Okt. Seniorendag KBO in de Kattendans te Bergeijk.

Inloop Dorpsondersteuner. De nieuwe dorpsondersteuner Sandra Verkennis is er voor u voor alle sociaal-maatschappelijke vragen. **Vanaf September gaat zij weer een inloopspreekuur houden, en wel op de eerste woensdag van de maand, te weten op 6 September en 2 Oktober a.s.** Zij is bereikbaar via tel: 06-22528528, of via E-mail: info@dorpsondersteunerluyksgestel.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



Dansmiddag voor ouderen in de Drie Linden.

Nu de vakantieperiode weer ten einde raakt gaan onze dansmiddagen weer van start. **Vanaf 29 september gaan we vanuit de KBO weer starten 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. Deze mooie, gezellige activiteit is goed voor de beweging en het mentale brein van de 55+. 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. Hopelijk tot ziens! Bestuur KBO Luyksgestel

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: 10 Sept. 22 Okt. Informatie: U kunt zich aanmelden bij:

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

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

Even de mantel uit! Mantelzorgbijeenkomsten.

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

Cursus DIGI-vitaler

Contact met de huisarts of het ziekenhuis verloopt steeds vaker digitaal via je smartphone, tablet, of computer. Het kost minder tijd en moeite, en je hebt altijd en overal toegang tot jouw gegevens, Maar als je hier vragen over hebt, of je graag wil weten hoe dit werkt? De werkgroep "Langer thuis" en de bibliotheek kunnen je hierbij helpen met de **Gratis Cursus Digivitaler.**

In 4 bijeenkomsten leer je onder andere hoe je betrouwbare informatie over je gezondheid kunt vinden, hoe je kunt inloggen op patienten-websites van de huisarts, of het ziekenhuis, het gebruiken van gezondheidsapps enz . Van ieder onderwerp ontvang je een samenvatting op papier om thuis rustig te bestuderen. De cursus wordt gegeven door een docent van de bibliotheek.

Deze cursus is bedoeld voor iedereen die kan werken met internet, en wordt gegeven in Den Eijkholt in Luyksgestel op donderdag, 7 September, 21 September, 5 Oktober, en 19 Oktober.

Deelname is gratis. Wij verwachten dat deelnemers op alle cursusdata aanwezig zijn.

Aanmelden kan door te bellen of mailen naar de dorpsondersteuner Sandra Verkennis, Tel: 06-22528528 of Email: info@dorpsondersteunerluyksgestel.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



Aan alle KBO leden die rekeninghouder zijn bij de Rabobank:

Ook de KBO Luyksgestel doet mee aan de actie Rabo Club-Support.

Vanaf a.s. 4 tot 26 september, kunt u weer uw stem uitbrengen op uw favoriete vereniging of club bij de actie Rabo Clubsupport.

Als KBO Luyksgestel behartigen wij de belangen van onze ouderen in Luyksgestel, door het organiseren van evenementen, samenkomsten, lezingen, geven van adviezen, enz. Dus aan alle Rabobank-leden, Geef ons uw stem aan onze springlevende vereniging.

De morgen gezond weer op kaart. Uitgebracht door gemeente Bergeijk.

Met de 'Morgen Gezond Weer Op Kaart' heb je al je belangrijke contacten bij elkaar. Je vult in wie en wat belangrijk is voor jouw gezondheid en geluk. Dit kan je samen doen met een familielid of vriend, een vrijwilliger of een zorgverlener. De kaart dient er vooral voor om jouw eigen netwerk/belangrijke contacten in kaart te brengen. Hierdoor krijg je in beeld wie jou waarmee zou kunnen ondersteunen. Hoe fijn is het dat mensen uit jouw eigen omgeving jou kunnen helpen. En misschien kun jij hen ook ergens mee helpen!? Tevens zit er **een sociale kaart** van de gemeente bij, waar je met specifieke vragen terecht kunt. Deze kaart helpt je om de juiste ingang te vinden.

Op **5 Oktober** a.s. wordt weer de jaarlijkse **KBO Seniorendag** van de kring Bergeijk georganiseerd in de Kattendans te Bergeijk. Het wordt een onvergetelijke dag met medewerking KBO Brabant, voorlichting, en muziek. Al onze KBO leden afdeling Luyksgestel worden hier bij uitgenodigd. De eigen bijdrage bedraagt 2,50 euro per persoon voor koffie met gebak, en een consumptie. U kunt zich **aanmelden op woensdag 20 September van 11.00 tot 12.00 uur in Den Eijkholt. Daar zijn leden van het bestuur aanwezig voor de aanmelding.**

In het Nieuws !!

Walking Sports als Pilot in Luyksgestel

KBO Luyksgestel is in samenwerking met de gemeente Bergeijk, waaronder de ouderencoach Debby en Myrna, coaches van het BeActive team, bezig om Walking Sports op te gaan zetten in Luyksgestel. Samen met afdeling Zorg van "Oktober", KBO Luyksgestel, Korfbalvereniging Stromvogels, en Café de Stap, wil de organisatie "Walking Sports" in praktijk gaan brengen. De bedoeling van "Walking Sports" is dat het een aanbod wordt dat wekelijks wordt aangeboden op het terrein van Korfbalvereniging Stormvogels. De trainers worden beschikbaar gesteld door afdeling Zorg van "Oktober". Café de Stap wordt de ontmoetingsplaats van waaruit men start. . Enkele specifieke doelen van Walking sports zijn: Gezondheid en welzijn bevorderen, Sociale interactie en gemeenschapsvorming. Walking Sports maakt sporten toegankelijker voor mensen met beperkte mobiliteit, bepaalde aandoeningen, of een laag fitheidsniveau. Over het algemeen is het doel van Walking Sports om mensen van alle leeftijden de kans te geven om te genieten van sport, actief blijven, en een gezonde levensstijl bevorderen. Ook aan valpreventie en geheugentraining wordt aandacht besteed. Wordt vervolgd.

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



Veilig Verkeer Nederland organiseert in samenwerking met de KBO op maandag 25 september in Luyksgestel een opfriscursus het “Nieuwe Fietsen” voor ouderen.

Alle senioren die graag willen blijven fietsen en met elkaar ervaringen en tips willen uitwisselen, zijn welkom. De cursus staat onder leiding van een expert van V.V.N. en in het teken van vrij bewegen in het verkeer speciaal voor ouderen. Onderwerpen die aan bod komen zijn:

- * Omgaan met drukken fietspaden.
- * Kwetsbaarheid in het verkeer
- * Conditie van het lichaam.
- * Veilig fietsen met de E-bike.

De cursus is op maandagmiddag 25 September van 13.30 tot 16.00 uur in Den Eijkholt te Luyksgestel. Tevens wordt deze opfriscursus georganiseerd op 11 Oktober in Bergeijk, en op 25 Oktober in Westerhoven, voor diegenen die niet kunnen op 25 September.

Aanmelden kun je op de volgende manieren, zoals het invullen van bijgaande 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.

Tevens organiseert Veilig Verkeer Nederland ook in samenwerking met de KBO op woensdag 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 meedoen met 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.

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



Aanmelden voor de VVN- cursussen kan op volgende manieren, zoals het invullen van onderstaande strook, (of stroken), 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 “Het Nieuwe Fietsen” op 25 september** in Den Eijkholt. Aanvang: 13.30 uur Inleveren Adres Kruisboomweg 2 Luyksgestel.
Aanmelden voor 15 September.

Naam: _____

Adres: _____

Tel: _____

E-mail: _____

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: _____

Tel: _____

E-mail: _____