



Nieuwsbrief November 2023

Vaste wekelijkse activiteiten.

Maandag: Ouderengym MBvO, in Den Eijkholt van 09.30 – 10.15 uur.

Hierna koffie drinken. Contactpersoon en info: Jeannie Evers tel: 0497-541687

Handwerken en spelletjes in Den Eijkholt van 13.30 – 15.30 uur. Wij verwelkomen graag nieuwe deelnemers. Loop gewoon even binnen.

Biljarten in Den Eijkholt van 13.30 uur – 16.00 uur, en van 18.30 -22.30 uur.

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 in Den Eijkholt.

Woensdag: Huiskamer in Den Eijkholt van 10.00 – 14.00 uur. Kosten € 4,00 incl. lunch.

Vrij biljarten in Den Eijkholt van 10.00–11.30 uur, en van 19.30 uur tot 22.30 uur.

Contactpersoon voor biljarten op ma, di, en wo,: Harrie Gerrits, tel: 06-7452004.

Voor de gezelligheid: Koffie drinken van 10.00 – 11.30 uur. Voor alle ouderen die willen bijkletsen, doe gewoon of je thuis bent, en wip gewoon een keer binnen.

Donderdag: Koersbal in Den Eijkholt van 9.30 uur – 11.30 uur.

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

Vanaf 3 Nov. elke vrijdag Walking Sports voor onze Senioren aanvang 10.00 uur.

Samenkomst bij café De Stap. (Zie onderstaand bericht).

Extra activiteiten komende maand:

01 Nov. Cursus VVN voor de auto, in Den Eijkholt. Aanvang 9.30 uur.

01 Nov. Kienen in Den Eijkholt aanvang 13.30 uur.

02 Nov. Repaircafe Den Eijkholt van 10.00 tot 12.00 uur.

03 Nov. Start “Walking Sports” bewegen voor ouderen. (zie onderstaand bericht).

16 Nov. Repaircafe Den Eijkholt van 10.00 tot 12.00 uur.

18 Nov. Lezing “Wonen in Luyksgestel” in Den Eijkholt. (Zie onderstaand bericht).

19 Nov. Sinterklaasmiddag Senioren in Den Eijkholt. (Zie onderstaand bericht).

19 Nov. Eettafel voor ouderen in Den Eijkholt vanaf 12.00 uur. (Zie onderstaand bericht).

24 Nov. Dansmiddag voor Senioren in de zaal van de “Drie Linden” start om 13.30 uur.

30 Nov. Lezing Martien van Duijnhoven in Den Eijkholt. Aanvang 13.30 uur. (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



“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 opstarten, en tegen een gereduceerd tarief 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.

Voor aanmelden en/of meer informatie? Je kan ons bereiken via onderstaande gegevens: Telefoon: 06 - 57673627 of 06 - 22528528

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

Of je komt gewoon vrijdag 3 november om 10.00 uur naar café De Stap.



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 deze maand op 1 Nov. Voor December wordt dit 29 November i.p.v. 6 Dec.** Zij is bereikbaar via tel: 06-22528528, of Email: info@dorpsondersteunerluyksgestel.nl

Even de mantel uit ! Mantelzorgbijeenkomsten.

Elke 2^e dinsdag van de maand van 10 uur tot 12 uur, dus op 14 November. Aanmelden of vragen: Den Eijkholt, tel: 0497-541327, Email: ac.ciedeneijkholt@gmail.com, t.a.v. Mieke Butter brod.

Wonen in Luyksgestel.

Op zaterdag 18 november organiseert de werkgroep "Langer Thuis" i.s.m. de Dorpsraad en de Dorpsondersteuner een informatiebijeenkomst voor jong en oud in Den Eijkholt, over Wonen in Luyksgestel nu en in de toekomst. Inloop vanaf 13.30 u, aanvang 14.00 uur. U kunt zich aanmelden bij Den Eijkholt: tel. 0497-541327 of Email: info@deneijkholt.nl

Sinterklaasmiddag voor onze Senioren in Den Eijkholt.

Op zondag 19 November trekt Sinterklaas door Luyksgestel, en de Goed Heilig Man stuurt een stel van zijn vrolijke pieten na de middag naar Den Eijkholt om de deelnemers van de Eettafel, die toch al aanwezig zijn, te verrassen met een bezoekje. Tevens zijn daarna al onze Senioren uit Luyksgestel hierbij uitgenodigd vanaf 14.00 uur in Den Eijkholt. We worden ontvangen met gratis koffie of thee met iets lekkers er bij. Verder is er een gratis loterij, en Jolanda van den Berghe zorgt met haar herkenbare liedjes en humor voor een heerlijke onvergetelijke middag. Graag van te voren aanmelden bij Den Eijkholt: tel. 0497-541327 of Email: info@deneijkholt.nl
Dus zondag 19 november van 14.00 tot 18.00 uur in Den Eijkholt. Entree gratis.

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: 19 Nov. en 17 Dec. Informatie: U kunt zich aanmelden bij:

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

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

Na de zomervakantie 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 de zaal van de Drie Linden in Luyksgestel. Hier worden liedjes gedraaid uit de jaren 60-70-80 waar op gedanst kan worden. Wil je enkel naar de muziek komen luisteren of gewoon voor de gezelligheid weet dan dat je ook zeker welkom bent. Aanvang van deze dansmiddag is om 13:30 tot 17:00 uur. Entree is gratis.

De volgende datums zijn gepland voor 2023/2024: 24 november. (29 december en 26 januari dansen we beide keren in Den Eijkholt), 23 februari, 29 maart en 26 april 2024.

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



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.

Wie gaat er mee naar de “Marcienne Modeshow” en de prachtige Kerstmarkt in Aken op 6 December a.s.? Er zijn nog plaatsen over, en deze dagtocht kost U slechts 23 euro per persoon. Voor informatie en aanmelding kunt u terecht bij Corrie Groenen tel. 06-47510777 of e-mail: corriegroenen@ziggo.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



2 geslaagde VOA's binnen KBO Luyksgestel

Hennie Borrenbergs- v.d. Berg en Sjaan Janssens- v Leeuwen hebben met goed gevolg de VOA cursus in Den Bosch afgelegd en het certificaat VOA in ontvangst mogen nemen. Wat is en wat doet een VOA? Ik zal het proberen uit te leggen. V=Vrijwillige, O= Ouderen, A=Adviseur dus vrijwillige ouderenadviseur.

De VOA kan u adviseren, informeren, doorverwijzen, of met u meedenken op het gebied van wonen, zorg, welzijn, veiligheid en vervoer. We kennen/gebruiken de sociale kaart van de gemeente. En het belangrijkste is misschien nog wel dat we de tijd voor u nemen, en ook zonder concrete vraag graag een luisterend oor bieden. 1 keer per jaar zullen we een nascholing gaan volgen om up-to-date te blijven i.v.m. wijzigingen van wetsaanpassingen en andere ontwikkelingen. De kracht van ondersteuning door ons als VOA is de onafhankelijkheid en gelijkwaardigheid waarmee wij kunnen werken. Onafhankelijk omdat er geen enkel ander belang is dan de ondersteuning van de senior met een hulpvraag. Gelijkwaardig omdat zowel vrijwilliger als hulpvrager senior zijn en er geen organisatie met andere belangen achter zit. Alleen het belang van de hulpvrager wordt behartigd.

We hebben beiden de cursus met veel plezier gevolgd en er veel van opgestoken. Ook hebben we korte lijntjes met de dorpsondersteuner Sandra Verkennis.

Hoe kun je de VOA's bereiken:

Hennie Borrenbergs email: hennborrenbergs@gmail.com tel nr. 06-53136743

Sjaan Janssens email: Sjaanjanssens@hotmail.com tel. nr. 06-36046930

We zullen dan zo snel mogelijk contact met U opnemen om een afspraak in te plannen. Weet dat je er niet alleen voorstaat! Hennie en Sjaan.

Wist u dat KBO Luyksgestel ook 3 thuisadministrateurs heeft ?

Niet iedereen is handig met administratie, zeker wanneer iemand wegvalt die er altijd verantwoordelijk voor was. Heeft u net als velen moeite met het bijhouden van uw administratie en wilt u bijvoorbeeld hulp bij het ordenen van uw post? Dan kunt u een vrijwillige thuisadministrateur inschakelen via KBO Luyksgestel. Discreet, zorgvuldig en op vrije basis helpt hij of zij u met het op orde brengen en houden van uw administratie.

Wim Kuypers: wjkuijpers@kpnmail.nl / tel.nr 06-54337523

Corrie Groenen: corriegroenen@ziggo.nl / tel.nr 06-47510777

Maria vd Berg: maria.vandenberg@hotmail.com / tel.nr 06-46550239

Ook heeft KBO Luyksgestel een belastinghulpverlener.

De Vrijwillige belastinghulp helpt u met uw aangifte inkomstenbelasting, zodat u krijgt waar u recht op hebt. Ook kunt u bij hem terecht voor hulp bij het aanvragen van uw zorg-of huurtoeslag.

Hein v Lent email: hajvlent3@gmail.com tel.nr: 06-20411943

Deze bovenstaande vrijwilligers helpen u graag op weg.