

NIEUWSBRIEF OKTOBER 2024

Mierlo-Hout / Brandevoort / Helmond-West

Redactieadres: Hoofdstraat 70 5706AM

Email: redactie@seniorenstlucia.nl

Telefoon 06 12304586

Website: www.seniorenstlucia.nl



Inhoud:

- * Activiteitenkalender
- * Rabo clubsupport
- * Jaarfeest
- * Verslag najaarsreis

Clauscentrale Wessem (najaarsreis)

VAN DE VOORZITTER

Zoals velen van jullie weten heb ik na de Algemene Ledenvergadering ook het penningmeesterschap op me genomen. Ik heb toen aangegeven dit uiterlijk tot 31 december van dit jaar mocht duren. Het doet mij dan ook veel plezier dat wij als bestuur momenteel met een kandidaat in gesprek zijn om het penningmeesterschap op zich te nemen. Daarnaast hebben nog 2 mensen contact met ons opgenomen om het bestuur te versterken. Ook met deze zijn wij in gesprek. Kandidaat bestuursleden draaien momenteel mee in het bestuur om te kijken of zij zich thuis voelen binnen ons bestuur. Zoals het er nu naar uit ziet kunnen wij binnen afzienbare tijd melden dat wij nieuwe bestuursleden hebben die op de volgende Algemene Ledenvergadering tot het bestuur kunnen toetreden. Mocht u zich ook geroepen voelen, vele handen maken licht werk.

VAN DE REDACTIE

Beste mensen,

Voor U ligt weer een nieuwe nieuwsbrief vol informatie en wederwaardigheden. Zoals U ziet hebben we de opzet van de nieuwsbrief wat veranderd opdat hij nog prettiger voor u leesbaar is. Naast de vele activiteiten die er voor u als (gast) lid weer georganiseerd worden treft U ook informatie aan over een traject dat we met de Rabo Club Support zijn aangegaan oa. ter versterking van de bestuurskracht van onze vereniging. Niet onvermeld wil ik laten dat onze ledenzorg is gestart met "EEN LUISTEREND OOR" voor hen die daar behoefte aan hebben. U leest er meer over in dit "KONTAKT". Verder aandacht voor het Jaarfeest, het verslag van de succesvol verlopen najaarsreis alsmede een interessante lezing over VOEDING. Veel leesplezier toegewenst,

WELKOM AAN ONZE NIEUWE LEDEN



Mevrouw C.A.M. Buelens, mevrouw I.H.J.M. Coolen-Senders, mevrouw P.A.J. de Brouwer, de heer J.F. de Brouwer, mevrouw J.C.M. Hoefnagels.

Wij verwelkomen onze nieuwe leden en hopen hen op onze bijeenkomsten of in onze clubs te mogen begroeten.

OVERLEDEN



Mevrouw C.M.G. Meulendijks-Duymelinck.

Onze gevoelens van medeleven gaan uit naar de familie en vrienden.

We wensen hen veel sterkte toe om dit verlies te kunnen verwerken.

KOMT U ONS BESTUUR VERSTERKEN?



We bieden U: een leuke vrijwilligersfunctie binnen een bestuur dat het motto heeft: "We doen het samen".

U draagt altijd met uw kennis, ervaring en kunde bij aan een springlevende seniorenvereniging.

Neem gerust contact met ons op :

- **voorzitter Ton van de Meulenhof : telefoon 06 53417529 of via email: voorzitter@seniorenstlucia.nl;**
- **vicevoorzitter Hans van Knegsel telefoon: 06 12304586 of via email: vicevoorzitter@seniorenstlucia.nl**

ACTIVITEITEN OKTOBER 2024

MAANDELIJKSE ACTIVITEITEN OKTOBER

3 Oktober	Donderdag	10.00-12.00 uur	Bloemschikken (Geseldonk)*
3 Oktober	Donderdag	13.00-16.00 uur	Repaircafé (Geseldonk)
8 Oktober	Dinsdag	10.00-12.00 uur	Bestuursvergadering (Brandpunt)
8 Oktober	Dinsdag	19.30– 21.00 uur	Lezing: Wat is dan een goede voeding? (Geseldonk)
9 Oktober	Woensdag	13.30 uur	Etentje buiten de deur (Barrier)
16 Oktober	Woensdag	13.30-16.00 uur	Computerinloop (Geseldonk)
19 Oktober	Zaterdag	11.00-15.00 uur	Repaircafé (Geseldonk)
30 Oktober	Woensdag	13.30-17.00 uur	Jaarfeest (Geseldonk)

WEKELIJKSE AFCTIVITEITENOKTOBER

	Maandags	Dinsdags	Woensdags	Donderdags	Vrijdags
	7,14,21,28	1,8,15,22,29	2,9,16,23,30	3,10,17,24,31	4,11,18,25
Sjoelen	14.00-16.00 uur	14.15 –16.30 uur			
Wandelen	13.30 uur; (9 a 10 km) ; hoger tempo.		13.30 uur ; (6 a 7 km); rustig tempo.		
Schilderen		13.30-16.30 uur.	13.30-16.30 uur .		
Gymen					09.15-10.00 uur
Koersballen					14.00-16.00 uur.

Het sjoelen, - schilderen, - gymen en koersballen vinden plaats in de Geseldonk.

• BLOEMSCHIKKEN



Donderdag 3 oktober a.s. kunt u weer deelnemen aan het bloemschikken in de Geseldonk van 10.00– 12.00 uur. Benodigdheden: een taartschaal , een grillige boomstronk en wat groen om bij te steken. Voor de rest van de materialen wordt gezorgd. Kosten € 15.00

U kunt zich tot de zaterdag voorafgaand tot 17.00 uur aanmelden door een enveloppe met € 15,- voorzien van uw naam, adres en tel. nr. in de brievenbus van Elly Verhees , Hortsedijk 51 A , Helmond te doen of Elly te bellen op 0614211433.

Met vriendelijke groeten, Elly Verhees.

ETENTJE BUITEN DE DEUR IS WEER GESTART.

In de nieuwsbrief van September hebben we de data voor het Etentje buiten de deur voor het komend seizoen bekend gemaakt. De datum voor het Etentje in november was echter niet juist.

Vandaar dat u hierbij de juiste data voor het hele seizoen nog een keer aantreft.

Vanaf de tweede woensdag in oktober t/m maart, iedere tweede woensdag van de maand, aanvang 13.30 uur in eetcafé de Barrier. De data zijn: 9 oktober 2024, 13 november 2024, 11 december 2024, 8 januari 2025, 12 februari 2025, 12 maart 2025.

Tijdens dit etentje wordt u een heerlijk driegangen diner voorgeschoteld. De kosten zijn € 18,50 per persoon. **Coördinator: J.P.M. Geubbels, telefoon: 0492-535392 / 06 29155998, email: j.geubbels@outlook.com**

JAARFEEST KBO-ST. LUCIA, OP WOENSDAG 30 OKTOBER A.S. IN DE GESELDONK.

Beste mensen,

Hierbij worden alle leden, gastleden en ereleden uitgenodigd voor ons Jaarfeest van 2024 op 30 oktober 2024

Het belooft weer een heel fijne middag te worden met een mooi muzikaal optreden van Marie Christien, met lekkere hapjes en drankjes, met mooie prijzen dank zij onze loterij en uiteraard met veel gezelligheid.



Tijd: Van 13.30 uur tot 17.00 uur; zaal open vanaf 12.45 uur. Kosten deelname: € 5,- p.p.

INSCHRIJVEN (Bij de inschrijving svp. uw lidmaatschapskaart mee te nemen alsmede het entreegeld (€ 5,- pp.).

- **Maandag 7 oktober** van 10.00 uur- 11.00 uur in wijkhuis De Westwijzer, Cortenbachstr. 70, Helmond West;
- **Woensdag 9 oktober** van 11.00 uur-12.00 uur in Wijkhuis de Geseldonk, Cederhoustr. 44, Mierlo hout.;
- **Donderdag 10 oktober** 10.00 uur – 11.00 uur in Wijkhuis 't Brandpunt, Biezenlaan 29, Brandevoort.

PROGRAMMA

12.45 uur: Zaal open.

13.30 uur: Welkomstwoord door de voorzitter Ton v.d. Meulenhof.

Aanvang van het programma met koffie/thee en een plak roomboter cake.

14.00 uur-14.35 uur : Optreden van Marie Christien.

14.45 uur-15.30 uur : Pauze. Tijdens de pauze worden de drankjes opgenomen en geserveerd alsmede worden loten verkocht: (€ 0,50 per lot of 6 voor € 2,50).

15.30 uur-16.05 uur : Voortzetting optreden Marie Christien.

16.15 uur: Drankjes opnemen en serveren (Geseldonk) . Daarna aanvang loterij .

17.00 uur: Sluiting van de feestmiddag .

LEZING/PRESENTATIE “WAT IS DAN EEN GOEDE VOEDING “ OP 8 OKTOBER 2024



Aanvang van de lezing: 19.30 uur

Locatie: De Geseldonk

De koffie staat klaar

De lezing wordt verzorgd door een lid van de activiteitencommissie van onze seniorenvereniging te weten Paula van de Rijt.

Paula is voormalig docent Voedingsleer en Gezondheidskunde .

Waarschijnlijk heeft u de vooraankondiging van deze lezing al gelezen in de Nieuwsbrief van September jl.

De titel luidt: “Wat is dan een goede voeding?”

Paula van de Rijt wil u informatie verschaffen over

- wat de functie is van ons voedsel;
- hoe de spijsvertering werkt zodat het voedsel opgenomen kan worden in het bloed;
- de calorische waarde van de voeding;
- welke voedingsmiddelen waardevol zijn en welke beter in beperkte mate gegeten kunnen worden;
- hoe de voedselopslag en voedselbereiding invloed kan hebben op de kwaliteit van het voedsel;
- hoe u kunt kiezen uit het enorme aanbod van voedingsmiddelen;
- hoeveel een 70+ moet eten;
- bespreking van enkele folders van het voedingscentrum.

Kortom, het is beslist de moeite waard om te komen luisteren en meedenken met en over deze informatie.

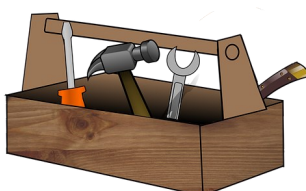
Aanmelden:

Vanaf nu kunt u zich aanmelden voor deze presentatie door een telefoontje te plegen of een email te sturen naar het secretariaat van KBO-St.Lucia: Elly Verhees:

Telefoon 06 14211433

Mailadres: secretariaat@seniorenstlucia.nl

De toegang is gratis, 2 x koffie/thee wordt u eveneens gratis aangeboden. Ook niet leden zijn welkom.



ZOekt u onze klusjesman voor kleine klusjes in en om het huis?

Neem dan contact op met Frits Verlijdsdonk.

email: f.verlijdsdonk@ziggo.nl; tel. 06-30462785.

FOTOVERSLAG NAJAARSREIS 2024 OP ZONDAG 15 SEPTEMBER NAAR MIDDEN LIMBURG

Het was een mooie zondag waarop wij om 9:00 uur uit **Mierlo-Hout** vertrokken voor onze najaarsreis. Jammer dat deze dag samenviel met de bevrijding- en herdenkingsfestiviteiten aldaar. 58 Belangstellenden zorgden al snel voor een gezellige sfeer in de bus die ons naar **Steijl** leidden.



In het theehuis **Jochumhof** werden wij ontvangen voor de koffie / thee met inderdaad luxe Limburgse vlaaien... heerlijk !!!

Even voor 11.00 uur liepen we langzaam door de weelderige,- botanische tuin, behorende bij het Jochumhof naar het **Missiemuseum**. Je kunt een impressie krijgen van wat daar verzameld is aan: opgezette vogels; prachtig gekleurde vlinders en kleine en gro-



te dieren. Wil je alles goed bekijken dan is het aan te raden om op eigen gelegenheid een keer terug te gaan.

Rond 12.00 uur vertrok de bus naar **Maasbracht**. We werden in het "**Maas Binnenvaartmuseum**" aldaar ontvangen voor een "eenvoudige doch voedzame lunch". Deze lunch bestond uit reeds voorbereide broodjes.

De groep werd later opgesplitst in 2 delen voor respectievelijk: 1. een rondleiding door het binnenvaartmuseum; 2. een rondvaart over het Julianakanaal en de Maas. Om 17.00 uur was het weer tijd om huiswaarts te keren.....maar niet voordat we een voortreffelijk diner mochten genieten in restaurant **Aod Thoear in Thorn**

Zo is een interessante- en gezellige dag weer tot een einde gekomen . Wij waren even na 20:00 uur weer terug op eigen bodem.

Met veel dank aan **Henk**



SENIORENVERENIGING ST.LUCIA GESELECTEERD VOOR DE RABO CLUBSUPPORT

Omdat we onze vereniging toekomstbestendig willen maken door oa. het bestuur te versterken (inhoudelijk en qua menskracht) hebben we ons aangemeld bij de RABO CLUBSUPPORT.

Wij zijn door RABO CLUBSUPPORT geselecteerd om onze ambitie te gaan realiseren.

We gaan dat via Rabo Clubsupport doen met steun van de:

- **RABOBANK;**
- **NOC (Nationaal Olympisch Comité)**
- **NSF (Nederlandse Sportfederatie)**



We krijgen gedurende een bepaalde periode 1 - op-1 begeleiding om onze doelstellingen waar te gaan maken.

Onlangs waren we bij de RABOBANK in EINDHOVEN waar het officiële startschot van deze begeleiding werd gegeven. We houden U de komende tijd goed op de hoogte van de ontwikkelingen van ons RABO CLUBSUPPORT traject en gaan U er wellicht bij betrekken. .

Met vriendelijke groet,

Bestuur KBO-St.Lucia.

“LUISTEREND OOR”

Onze ledenzorg gaat de mogelijkheid bieden om een “vertrouwelijk luisterend oor” te zijn voor onze leden.

Daar bedoelen we mee:

Soms kan er wel eens wat tegenzitten of voorvallen waar u mee rond blijft lopen. Het kan dan blijven malen in uw hoofd.

Onze ledenzorg biedt u vanaf nu een vertrouwelijk en luisterend oor om een en ander niet groter te maken dan het in werkelijkheid is.

Praten lucht op en schept ruimte zodat u er misschien anders mee om kunt gaan.

Uw gesprekje blijft onder ons.

Neem dus gerust contact op met onze LEDENZORG “LUISTEREND OOR”.



Met hartelijke groet,

Minie van Kilsdonk

Telefoon: 0492-543878

HEEFT U HULP NODIG?

Heeft u hulp nodig?



Denk daarbij aan bijvoorbeeld **hulp bij het invullen van uw belastingformulier, WMO-cliënt ondersteuning, hulp van een Vrijwillige Ouderen Adviseur, Rijbewijskeuring door een keuringsarts etc..**

Stuur dan een e-mailtje naar e-mailadres info@vboh.nl of bel 0492-792392.

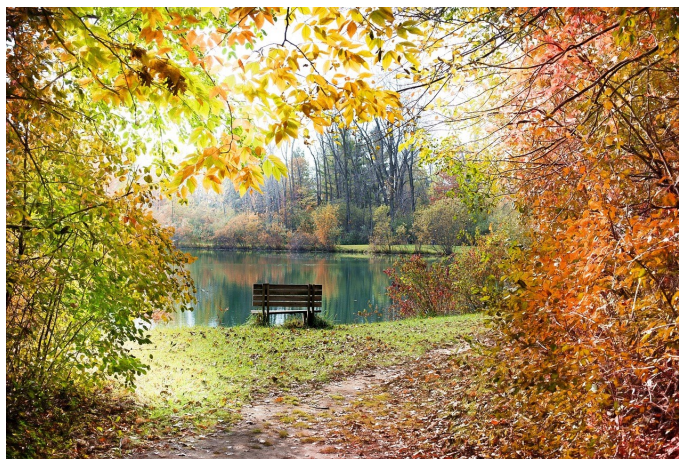
Stuur dan een e-mailtje naar e-mailadres info@vboh.nl of bel 0492-792392.

AANLEVEREN KOPIJ

Heeft u een leuk verhaal dat u met ons wilt delen, stuur het dan op naar de redactie: redactie@seniorenstlucia.nl of handgeschreven naar Hoofdstraat 70, 5706 AM, Helmond.

S.v.p. **vóór 21 oktober 2024** inleveren/opsturen en ik plaats het in onze nieuwsbrief .“Kontakt.” De

redactie.



WEERSPREUKEN OKTOBER

**Is oktober warm en fijn,
het zal een scherpe winter zijn;
maar is hij nat en koel,
't is van een zachte winter 't voorgevoel.**

**Blinkt oktober in het zonnegoud,
de winter volgt snel en koud**

Dagelijks bestuur

Voorzitter: Ton v.d Meulenhof
telefoon 06 53417529 ; email:
voorzitter@seniorenstlucia.nl

Secretariaat: Elly Verhees
telefoon: 06 14211433; email:
secretariaat@seniorenstlucia.nl;

Penningmeester: Ton v.d. Meulenhof. Telefoon: 06 53417529; email:
penningmeester@seniorenstlucia.nl

Rekeningnummer KBO-St. Lucia:
NL43 RABO 0123 8028 06

Vicevoorzitter : Hans van Knegsel,
Telefoon: 06-12304586; email:
vicevoorzitter@seniorenstlucia.nl

Ondersteuning:

Ledenadministratie: Jan Sniijders,
telefoon: 0492 474555; email: ledenadministratie@seniorenstlucia.nl

Bestuurslid Ledenzorg en Maatschappelijke Inzet:

Minie van Kilsdonk
a.vankilsdonk3@chello.nl
telefoon. 0492 543878

Bestuurslid /contactpersoon KBO-chauffeurs (KBO-Maatje):

Maria Dekkers
mariadekkers50@gmail.com Telefoon: 0492 539235

PR & Communicatie/eindredactie

“Kontakt “ Hans van Knegsel
email: redactie@seniorenstlucia.nl
telefoon 06 12304586

Webmaster/redactie “Kontakt” :

Ton v.d Meulenhof,
webmaster@seniorenstlucia.nl
telefoon 06 53417529

Ons-bezorging: Rob Elemans,
ellyenrob.elemans@gmail.com
Telefoon: 0492 524354

Repaircafé: Johnny van Diepen,
j.diepen33@upcmail.nl of repaircafe@seniorenstlucia.nl of telefoon 06-23351332