

Haagse Beemden

BELANGENVERENIGING VAN SENIOREN



Voorzitter:

Berry Vollering

Nelly Boudewijnsstr. 27

4822VV Breda

076-8876527

06-43589435

bervol@casema.nl

NIEUWSBRIEF JUNI 2023

Jaargang 25 nummer 6

KBO afdeling Haagse Beemden

Bank: **NL06 RABO 0114 180 490**

www.kbo-bredahaagsebeemden.nl

Secretariaat:

Tilly ten Dam

Groene Hil 8

4822RS Breda

076-5412137

tendam@casema.nl

Vicevoorzitter		
Penningmeester: Wil Vollering, penningmeester.h.b.breda@gmail.com		06-55297127
WMO-zaken en clienondersteuner: Jos van Beers,		076-5874253
Belasting invuller: Jos van Beers,		076-5874253
Berry Vollering,	076-8876527/	06-43589435
Hans Mannaert		06-10715009
Ouderenadviseur:		
Algemeen bestuurslid: Dré van Vrede, drevrede@gmail.com ,		076-5420791
Christine Smit, smitgeysen@kpnmail.nl ,		06-13011282
Arie de Vormer, arie.devormer@casema.nl		06-51085151
Klusjesman: Renaldo Schiermani		06-18648970

Komende activiteiten in centrum Heksenwiel:

10 juni	Kaarten en spelletjesmiddag,	start om 13.30 uur.
17 juni	BINGO,	start om 19.30 uur.
23 juni	Leefstijlcoach,	start om 10.00 uur.
08 juli	Kaarten en spelletjesmiddag	start om 13.30 uur.
08 juli	Muzikale avond,	start om 20.00 uur.
11 juli	Dagtocht,	vertrek 08.30 uur.
13 juli	Informatiebijeenkomst met Simone Baars	start om 10.00 uur
15 juli	BINGO,	start om 19.30 uur.

Nieuwe bestuursleden

Sinds enige tijd is het bestuur uitgebreid met 2 bestuursleden:

1. Christine Smit-Geysen
2. Arie de Vormer

Het bestuur is hier zeer blij mee, omdat hierdoor de taken beter verdeeld kunnen worden.

Christine Smit

Christine is sinds 2021 lid van de KBO Haagse Beemden en kort daarna is zij lid geworden van het bestuur. Christine is 68 jaar en getrouwd met Hendrik; zij hebben geen kinderen. Christine heeft nog wel 3 broers en 3 zussen.

Christine is een bezige bij, zij werkt al 12 jaar in een oppasgezin met 2 kinderen van 11 en 13 verder

doet ze bij meerdere mensen huishoudelijk werk. Daarnaast is zij als vrijwilligster verbonden aan een wandelsportvereniging.

Als er nog wat tijd over is dan wordt er een boek gepakt of er wordt wat geknutseld (3d kaarten), Christine leest ook graag dingen over de geschiedenis van bepaalde zaken.

De lekkerste dingen die Christine op tafel wilt zetten zijn sla en kip; met deze lekkernij verlaat zij de tafel altijd na een leeg bord.

Gezellig vindt ze het om af en toe een terrasje te pakken en de vakantie wordt meestal gehouden in Naubers (drielandenpunt). Voor sport trekt ze eigenlijk te weinig tijd uit, soms wordt er gezwommen en af en toe gaat ze wandelen of met de fiets er op uit.

Christine is een actief bestuurslid; ze steekt de armen uit de mouwen en helpt door vele hand en spandiensten te verrichten. **We zijn blij met jou!**

Arie de Vormer

Arie las een nieuwsbrief van de KBO Haagse Beemden en werd enthousiast over de dingen die daar werden georganiseerd. Hij is toen in 2022 lid van de KBO Haagse Beemden geworden.

Arie is al 54 jaar getrouwd met Jopie en zij hebben samen 1 zoon die al 54 jaar is.

Zijn werkzame leven heeft hij gewerkt bij de Post, 40 jaar; diverse functie zoals post rondbrengen met de fiets, pakketpost bezorgen met de bestelbus en voor een korte tijd chauffeur op een vrachtauto die post bezorgde bij de depots.

Oorspronkelijk komt Arie uit Dordrecht en aldaar heeft hij nog betaald voetbal gespeeld bij DFC (nu heet het FC Dordrecht). Het spelletje vindt hij nog steeds leuk, niet meer spelen maar wel kijken.

Arie is een druk baasje en hij heeft 2 grote hobby's, nl. muziek en biljarten. Binnenkort gaat Arie bij de KBO Haagse Beemden starten met een biljartclub; dus heb je interesse geef je dan maar op.

Met betrekking tot zijn hobby muziek leeft Arie zich helemaal uit als disc jockey bij de regionale radio en TV omroep Rucphen, dat doet hij al 30 jaar. Bij deze professionele omroep zijn ongeveer 100 man, dus een echt bedrijf.

Toen ik Arie vroeg wat hij het lekkerste vindt gaf hij spontaan aan dat dat de tomatensoep van zijn vrouw was. Zo'n bordje vindt hij echt smullen.

De hond Telma zorgt dat Arie voldoende aan sport doet; regelmatig uitlaten en lekker met de neus in de wind wandelen.

Sinds kort is Arie bestuurslid bij de KBO Haagse Beemden en een van zijn taken bestaat uit het organiseren van muziekavonden. Hierbij gebruikt hij zijn netwerk en innemende glimlach, waardoor hij voor een leuke prijs een muzikant kan regelen.

Welkom bij het bestuur Arie'.

Muzikale avond 8 juli.



Op zaterdag **8 juli** staat er weer een muzikale avond in de agenda. Deze keer met het duo **Mel & Den**, een leuk en gezellig muziek duo die hele herkenbare muziek spelen op accordeon en gitaar.

Ze zijn onder andere bekend door de SBS serie "De Hollandse nieuwe"

Het belooft weer een hele gezellige avond te worden.

Start om 20.00 tot ca 22.15 uur in centrum Heksenwiel.

Toegang is gratis.

Dagtocht 11 juli.



Op **dinsdag 11 juli**, staat er weer een dagtocht gepland.

We vertrekken dan om 8.30 uur vanuit wijkcentrum Heksenwiel naar Restaurant "Kip en het ei" in Haps.

Ontvangst met koffie/thee en koek.

We blijven daar 1½ à 2uur. Ondertussen kunt u genieten van allerlei anekdotes over de kip en het ei en u kunt daar verschillende soorten advocaat proeven.

Er is ook een winkeltje bij, waar u al die lekkernijen kunt kopen.

Daarna stappen we weer in de bus en gaan we via de Betuweroute naar Leerdam.

In de bus krijgt u een lunchpakket.

In Leerdam kunt u op eigen gelegenheid het plaatsje Leerdam bezoeken

of een bezoekje brengen aan het Glasmuseum,

waar u bijzonder vormen in glas kunt zien en kopen, ook kunt u daar zien hoe dat glaswerk geblazen wordt. Entree kosten zijn voor eigen rekening. Voor mensen met een museumjaarkaart is het bezoek aan de demonstratie glasbazen gratis.

Om 14.30 uur maken we dan weer samen een boottocht over de Lek en Linge.

Tussen 17.00 en 17.30 uur verwachten we weer terug te zijn bij wijkcentrum Heksenwiel.

Deze dagtocht kost € 54,00.

Om deze dagtocht definitief vast te leggen, vragen wij u om vóór **15 juni** het geld op onze KBO-rekening te storten, Geeft dit problemen meldt dan uw deelname aan Berry.

We hebben minimaal 40 deelnemers nodig.



Bltburg

Wij willen u er nogmaals op attenderen dat wij graag van de leden die meegaan, antwoord willen hebben op onderstaande vragen. Een aantal mensen hebben dat al gedaan, maar velen ook nog niet.

- 1 Wie neemt er een rollator mee?
- 2 Wie heeft beslist een inloopdouche nodig?
- 3 Wie heeft dieet wensen?
- 4 Een telefoonnummer van iemand die we in nood kunnen benaderen.
- 5 Zijn er eventueel nog zaken die u kwijt wilt of die wij moeten weten?
- 6 Dieet wensen.

Al deze zaken kunt u aan Berry doorgeven.

Let op: de betaling moet vóór 15 juli op onze rekening staan

Gezonder en dus blijer

Verstandig en gezond omgaan met je leven is een grote uitdaging en niet altijd even makkelijk.

Begeleiding van een expert en contact met andere mensen kan dan helpen om uw doelen te bereiken.



Dit is mogelijk met hulp van een zogenaamde leefstijlcoach.

Deze coach nodigt u uit om deel te nemen aan bijeenkomsten met meerdere mensen die ook gezonder en blijer willen zijn.



We beginnen met een kopje koffie en een eerste gezellige onderlinge kennismaking. Het mooie van deze bijeenkomsten is dat het over het hele plaatje gaat. Het gaat niet alleen over eten en bewegen, maar ook stress, drinken, slapen, eenzaamheid, somberheid en bijvoorbeeld hoeveel je op een dag beweegt.

Als iemand een specifieke behandeling nodig heeft, kan de coach hem of haar verder helpen. Bijvoorbeeld naar een diëtiste als het gaat om minder koolhydraten eten vanwege diabetes, of naar een fysiotherapeut vanwege een knieblesure. De coach regelt het allemaal voor u.



In de eerste bijeenkomst krijgt u verdere info wat u allemaal kan verwachten. De kosten worden vergoed door uw ziektekostenverzekering, dus gezonder en blijer worden kost niks.



Eerste bijeenkomst is op : 20 juni 2023
Locatie : grote zaal centrum Heksenwiel
Aanvang : 10.00 uur
Duur : plusminus 1 ½ uur

Er is een hoop te weten en te regelen

Simone Baars is al vanaf 2018 lid van onze KBO en in haar dagelijkse leven is Simone werkzaam in de Uitvaartzorg. Haar bedrijf is gevestigd in BREDA en is actief sinds 2012. Zij werkt zelfstandig en informeert en organiseert alles zelf tot in de puntjes; *persoonlijke begeleiding staat bij haar hoog in het vaandel.*

Simone heeft een hoop kennis met betrekking tot allerlei zaken die zich afspelen bij het overlijden. Simone merkt op: *veel mensen worden overvallen om tal van beslissingen te nemen en zeker op zo'n moment is dat niet fijn.*

Simone is daarom graag bereid om, binnen een informatiebijeenkomst, belangrijke zaken met u door te nemen en al uw vragen te beantwoorden.

Simone neemt ook nog 2 gasten mee: Hella de Wit en Freke van Voorthuijsen; deze twee gasten hebben interessante en bijzondere informatie voor u.



De informatiebijeenkomst wordt gehouden op 13 juli 2023

Locatie : grote zaal Centrum Heksenwiel
Aanvang : 10.00 uur
Duur : plusminus 1 ½ uur
Koffie : gratis

Tijd voor senioren

Elke donderdagochtend om 10.00 uur wordt er op de TV. het programma "tijd voor senioren" uitgezonden. Dit programma wordt elk uur herhaald.

Het programma wordt uitgezonden door Streekomroep Zuidwest, TV2 en is te zien op de kanalen: Ziggo 44, KPN en Telfort 1473, T-mobile 857, Caiway 12.

Het programma wordt verzorgd door Els de Lange van Seniorenhart. In het programma komt wekelijks informatie over initiatieven, verenigingen en activiteiten voor senioren. Er zijn ook rubrieken met beweegtips en van alles wat.

Meer informatie vind je via onderstaande link.

Ga op de link staan en klik rechts en dan op: open link.

[TV-programma Tijd voor senioren op de streekomroep - Etten-Leur \(stappenshoppen.nl\)](https://www.stappenshoppen.nl)

DIGI-TAAL-HUIS

*Samen aan de slag met moeilijke brieven

Brieven van organisaties zijn vaak moeilijk geschreven. Om te leren hoe je zo'n brief toch kunt lezen en belangrijke punten er uit kan halen, krijg je tijdens deze 4 weken tips waar je op moet letten bij het lezen van zo'n moeilijke brief,

Cursusdata zijn: vrijdag 26 mei, 2, 9 en 16 juni In Buurthuis Geeren-Noord.

*Telefoon/ tablet met een Android besturing.

Heeft u een nieuwe telefoon of tablet en u hebt geen idee hoe het allemaal werkt, dan kunt u in de bibliotheek in het centrum van Breda een 3-delige basis- workshop volgen. U krijgt praktische uitleg over de werking van je telefoon of tablet. Neem uw eigen telefoon of tablet mee.

Cursus data zijn: donderdag 1, 8, 15 juni. Aanvang 09.30 uur in Bibliotheek Centrum Breda.

Aanmelden kan voor beide workshops: info@digitaalhuisbreda.nl of bel / app naar 06-52813807, of via deze link <https://forms.office.com/e/HfMmFdSTvE>

Bridge clubje

Tijdens de afgelopen jaarvergadering, bracht iemand naar voren dat er behoefte is om een Bridgeclubje te starten in de Haagse Beemden.

Mevrouw Cisca de Vries wil dit clubje gaan leiden.

Bridget u ook graag en wilt u zich bij een clubje aansluiten, dan kunt zich hiervoor opgeven bij

Tilly ten Dam Tel.nr. 076-5412137 of via e-mail tendam@casema.nl.

Petanque weekend.

Mocht u in het weekend van 3 en 4 juni zin hebben in een sportief uitje, dan is een bezoekje aan je de boulesvereniging "Va-Tout" aan de Nieuwe Inslag 89 in Breda zeker de moeite waard.

Zaterdag beginnen we om 10.30 uur en zondag om 10.00 uur.

Prijswinnaars puzzel mei 2023

Bingo: 1 Hennie van Dijke na 26 trekkingen, 2 Ans Nobelen na 31 trekkingen,
3 Dhr. van de Broek na 38 trekkingen.

Woordzoeker: Gerard Jansen, Adje Mannaert, Marianne. van den Maagdenberg,
Ad Trapman, Wil Paats, Sieglinde van Galen,

BINGO van de nieuwsbrief van juni 2023.

Vul 5 getallen in van 1 t/m 50 en geef deze door aan Tilly.

Na 15 juni worden de getallen gedraaid met een getallengenerator.

De eerste 3 deelnemers die alle getallen goed hebben krijgen een leuke prijs.

--	--	--	--	--

Ook de oplossing van de woordzoeker op deze pagina kunt u per e-mail door geven aan Tilly.
tendam@casema.nl of bellen naar 076-5412137.

Woordzoeker van de nieuwsbrief juni 2023

BAARS
BACALHAO
BRASEM
CURRY
DORADE
FILET
FOREL
FRUITSDEMER
GAMBA
GEEP
HARING
HEEK
HEILBOT
KABELJAUW
KARPER
KAVIAAR
KIBBELING
KOKKELS

KRAB
KREEFT
LEKKERBEKJE
LENG
MAATJE
MAKREEL
MOOT
MOSSERIJST
PAELLA
PANGASIUS
RAGOUT
SALADE
SAUS
SCAMPI
SPIERING
SPROT
SUSHI
TARBOT

TONIJN
VISDUIVEL
VISFOND
VISGEHAKT
VISGELEI
VISKRUIDEN
VISMAALTIJD
VISOLIE
VISPASTA
VISPATE
VISSCHOTEL
VISSLA
WIJTING
ZALM
ZEEKAT
ZONNEVIS

L	A	H	I	T	A	A	K	T	A	L	L	E	A	P	N	A	H	S	G	
O	B	A	H	A	L	L	I	U	U	T	O	B	R	A	T	T	E	L	M	
P	M	R	S	K	E	S	B	D	N	O	F	S	I	V	V	S	I	E	A	
E	A	I	U	E	T	S	B	Y	S	F	G	B	A	I	T	A	L	K	K	
E	G	N	S	E	O	I	E	K	R	I	A	A	S	U	N	P	B	K	R	
G	E	G	G	Z	H	V	L	U	A	R	E	D	R	V	S	S	O	O	E	
W	I	R	L	A	C	V	I	S	K	R	U	I	D	E	N	I	T	K	E	
S	U	E	A	B	S	T	N	G	E	I	P	C	L	T	M	V	V	T	L	
Z	N	A	A	A	S	I	G	I	J	V	J	T	E	O	O	O	I	A	E	L
G	O	A	J	D	I	A	U	E	N	K	T	R	R	B	S	P	T	S	I	
N	R	N	E	L	V	V	L	S	A	O	P	A	A	M	S	I	E	C	B	
S	C	M	N	A	E	K	A	H	L	S	T	C	A	I	E	A	V	A	R	
L	E	K	K	E	R	B	E	K	J	E	A	A	V	M	L	M	A	M	A	
R	R	I	M	E	V	G	A	E	S	L	L	G	N	I	R	E	I	P	S	
I	E	L	E	G	S	I	V	K	H	T	G	N	I	T	I	J	W	R	I	E
Z	A	F	E	I	E	D	S	A	I	J	E	D	A	L	A	S	T	O	O	M
Z	T	U	V	I	V	E	O	D	O	R	A	D	E	L	T	E	L	I	F	

Oplossing: