



VOORWOORD VAN ONZE VOORZITTER

Beste Leden,

Als jullie dit januari nummer ontvangen, moeten we Kerstmis nog vieren en komt ook nog oud en nieuw. Maar KBO Brabant is erg vroeg met aanleveren van het blad ONS en daarmee moeten we rekening houden. Onze secretaris is heel enthousiast in het gat gesprongen toen de heer Van Bussel stopte met de opmaak van het jaarnaal, maar we hebben jullie de vorige keer laten weten dat Mariken van Bree dit nu doet, een nieuw lid en potentieel bestuurslid. Verderop stelt zij zich nog even voor. Maar via deze weg wil ik Peter, onze secretaris, enorm bedanken voor de maanden die naast zijn baan en meerdere andere functies toch de tijd heeft gevonden om ons jaarnaal elke maand opnieuw te maken: dank je wel! Ook wij krijgen te maken met steeds minder subsidie van de gemeente Helmond en we zijn daarom hard bezig om andere bronnen van inkomsten te zoeken. Samen hebben we toch voor een kleine € 1.000,- loten verkocht via de Groteclub actie. Bij de Rabobank is er op ons gestemd. In navolging van onze collega-KBO afdelingen gaan we proberen advertenties binnen te halen in ons jaarnaal. Je moet dus niet verbaasd zijn als er vanaf volgende maand telkens logo's in het jaarnaal komen. Een advertentie van 6,5 x 9,5 cm kost per maand € 50,-. Ons blad komt 11 keer uit, en als iemand een heel jaar wil adverteren is de prijs € 500,- per jaar. Mocht u iemand in uw omgeving weten die wil adverteren dan kan dit doorgegeven worden aan onze secretaris. De advertenties komen verspreid over het blad te staan, maar mogen samen per editie niet meer dan 1 pagina bevatten. We weten allemaal dat bewegen gezond is, daarom is er ook een artikel opgenomen over de activiteit van JIBB "wandelen met" Ik heb alleen onze wijken opgenomen maar iedereen is vrij om ook elders mee te wandelen. Even aanmelden is wel nodig. Lees verderop meer hierover. Het nieuwe rooster voor "koffie met een tablet" is ook bekend en is alvast opgenomen in dit blad, noteer de data, want we hebben weer interessante onderwerpen. Rest mij nu, omdat u dit blad ontvangt voor de kerst, ook namens mijn mede bestuursleden, u allen een gezellige en vooral gezonde kerst en goed uiteinde te wensen. We zien elkaar weer in 2024.

Hennie de Gooijer, voorzitter

Nieuwe leden:

Mevr. H.F.C. van der Kuijlen
De heer N. Henraat
De heer F. Sijmens
Mevr. P.H.T. Sijmens

*Hartelijk
Welkom!*

Overleden zijn:

Mevr. I.G.J. Peters-van de Linden
De heer A.J.M. Scheepens
De heer G.E. Branten

Wij wensen alle nabestaanden veel sterkte de komende tijd.

Aantal leden per 11-12-2023

394.

ACTIVITEITEN



KOM-BIJ-ONS

Op **donderdag 25 januari** van 15.00 uur tot 17.00 uur is er een kom-bij-ons bij LUNCHROOM DE KEYSER Torenstraat 17.

De deelname is beperkt dus VOL = VOL. We laten ons verrassen! Er is onbeperkt koffie of thee, andere drankjes zijn voor eigen rekening.

U kunt zich aanmelden door € 15,00 voor leden en € 17,50 voor niet-leden over te maken op bankrekening KBO Bernadette NL88 RABO 0138 7256 40.

Let wel: uw aanmelding (**tot 18 januari**) is pas definitief als wij de betaling ontvangen hebben!



**JAN VISSER
MUSEUM
HELMOND**

Op **woensdag 7 februari** worden we om 15.00 uur verwacht in het Jan Visser museum, Keizerin Mariaalaan 5. We starten ons bezoek met een kop koffie/thee.

Om ± 16.30 uur staat er 'n lekkere stampot voor ons klaar met een toetje als afsluiting. Inclusief 1 consumptie.

De kosten voor deze middag zijn: € 21,00 voor leden en € 23,50 voor niet leden (inclusief koffie/thee, stampottenbuffet - toetje en 1 drankje). U kunt zich tot **30 januari** aanmelden [op het bekende rekeningnummer, zie achterzijde van dit journaal](#).

VERSLAGEN

Verslag van de 85+ middag op 6 oktober jongstleden

Helaas heeft dit verslag niet in het journaal van november gestaan. Bij deze alsnog.

Wat hebben wij 85+ plussers weer genoten van de gezellige middag, met dank aan de artiest Hans Solo voor zijn muzikale deelname op zijn accordeon met zang en liedjes die wij allemaal nog zo goed kennen. Heel veel dank KBO voor de hapjes en de drankjes; jullie hebben het maar weer allemaal voor elkaar gekregen!

M. Akkermans



75 jaar COBRA Museum Amstelveen Met de museumbus op stap

Dinsdag 21 november jl. zijn wij: de KBO Bernadette met de Museum Plus Bus naar het COBRA (kunstenaarscollectief Kopenhagen (Copenhagen), Brussel, Amsterdam) Museum in Amstelveen geweest. Deze dag was prima georganiseerd.

Om 9.15 uur vertrok de Museum Plus Bus vanaf de Braak bij de Rembrandtlaan en na een voorspoedige reis arriveerden we bij het COBRA Museum voor moderne kunst in Amstelveen. We werden ontvangen door onze gastvrouw die ons de gehele dag heeft begeleid. Na ontvangst onder het genot van een kopje koffie en een kort welkomstwoord, werd de groep opgedeeld in 3 kleinere groepen, die onder leiding van een gids een bezoek brachten aan het museum. Hier kregen we een duidelijke uitleg over het ontstaan en waarom en hoe de COBRA-groep werkte. Bij veel schilderijen en beeldhouwwerken kregen we een duidelijk verhaal te horen over de makers en de stroming van hun werk en werkmethode.

Na afloop van de rondleiding werden we getrakteerd op een eenvoudige lunch waarna iedereen op eigen gelegenheid het museum

kon bezoeken.

Rond 14.45 uur was iedereen weer terug in de bus, waar we werden uitgezwaaid door onze gastvrouw en onze terugreis begon. In de bus werden we verrast met een heerlijke koek en een pakje drinken, verzorgd door de dames van het bestuur.

De buschauffeur reed via Amsterdam-Zuid terug. Hij vertelde in Amsterdam over diverse bouwstijlen en gebouwen, dus we kregen onderweg ook nog een lesje bouwgeschiedenis, en een verzoek van hem als wij nog musea wisten die nog de moeite waard waren om met de Museum Plus Bus te bezoeken. Na een voorspoedige terugreis arriveerden we rond 17.15 uur weer bij onze opstapplaats. Met dank aan de organisatie en de MUSEUM PLUS BUS kunnen wij terugkijken op een zeer geslaagde dag.

Frans van de Leur



Verslag Chinees - Indisch buffet van KBO Bernadette bij Resto Ricus

Op 29 november was het zover, we zouden omstreeks 15.00 uur verwend worden met een Chinees-Indisch buffet bij Resto Ricus. Veel leden hadden zich hiervoor aangemeld, want de bovenverdieping bij Resto Ricus zat nagenoeg vol. Het was onderling heel erg gezellig met elkaar.

Het buffet zag er voortreffelijk uit. We hebben er met z'n allen heel goed van genoten en als toetje kregen we nog een ijsje.

Rond 17.00 uur gingen we na een geslaagde middag weer naar huis.

KBO, heel veel dank voor deze gezellige middag.

Rob van der Wiel



Van dinsdag 16 t/m zondag 21 januari 2024 wordt er weer een SeniorenExpo gehouden in het NH Conference Centre Koningshof in Veldhoven.

Wij hebben daarvoor 9 gratis toegangsbewijzen voor 2 personen te uwer beschikking. U kunt deze aanvragen bij Miny Verhoeven, 06-12992395.

GEKIEKT...



Wilt u meer foto's bekijken? Bezoek dan onze vernieuwde website: www.kbobernadette.nl (klik onder 'Menu' op 'Fotoalbums') of gebruik de QR-code:



29 november 2023 - Wat was het gezellig én lekker bij Resto Ricus!

Maar laten we ook een kijkje nemen in het Cobra museum...



Verlag informatie bijeenkomst in de Schabbert met als thema Diabetes 2

#GEZONDHELMOND

We kregen het volgende advies. In het kort: Vermijd industrieel geproduceerde voedingsmiddelen. Groente en fruit zijn de basis van dagelijkse voeding. Gebruik volvette melkproducten, vooral yoghurt, kwark en kaas.



Wees zuinig met zetmeel (brood, pasta, rijst, aardappelen). Gebruik altijd volkoren graanproducten (met mate). Eet elke dag een handje ongezuurde noten. Eet ten minste 2 keer per week vette vis. Eet matig vlees (gevogelte is beter dan rood vlees). Gebruik olijfolie als dressing en om te braden. Drink water, koffie of thee in plaats van fris- of fruit-

drank. Veel interessante informatie is ook terug te vinden op:

<https://www.betermetdiabetes.nl/>.



Films bij Pathé in januari 2024



A Haunting in Venice | Dinsdag 9 & 16 januari | Vrijdag 12 & 19 januari

50PLUS BIOS

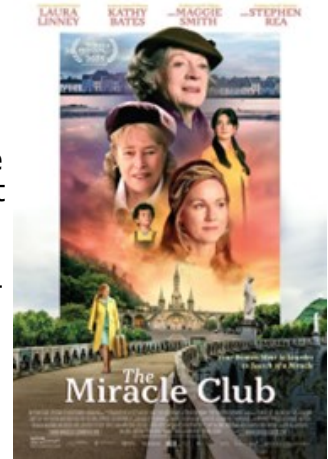
Venetië, na de Tweede Wereldoorlog. Detective Hercule Poirot is inmiddels van zijn welverdiende pensioen aan het genieten. Wanneer hij met tegenzin een seance bijwoont, wordt daar een van de avondgasten vermoord. Het is aan de voormalige detective om uit te zoeken wie de dader is.

Rocco & Sjuul | Dinsdag 23 & 30 januari | Vrijdag 26 januari & 2 februari

Voor mantelzorgster en oma Sjuul gaat het leven zijn gangetje totdat ze haar jeugdliefde weer ontmoet, de avontuurlijke en flamboyante Rocco met wie ze vroeger heeft gedanst. Hun opbloeiende verliefdheid zorgt voor onenigheid in de families. Durven Rocco en Sjuul tot ontevredenheid van hun omgeving toch voor elkaar te kiezen? Is het ooit te laat om opnieuw te beginnen?

The Miracle Club | Dinsdag 6 februari | Vrijdag 9 februari

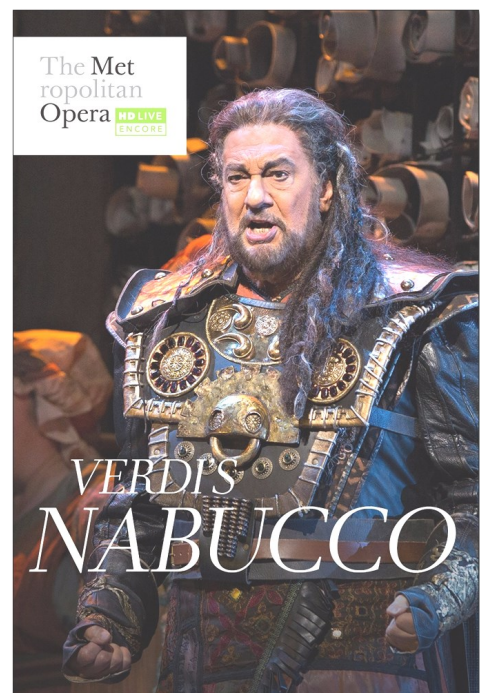
Dublin, 1968: Het is de droom van elke huisvrouw om de wijde wereld in te trekken, weg van de dagelijkse sleur. Met het winnen van een pelgrimstocht naar de heilige stad Lourdes komt dit voor de gelukkigen Lily, Eileen, en Dolly ineens binnen handbereik.



The Metropolitan Opera Encore in Pathé Helmond

NABUCCO (VERDI) | Zondag 28 januari 2024 om 11.00u

Het oude Babylon komt tot leven in een klassieke Met-enscenering van Bijbelse proporties. Bariton George Gagnidze maakt zijn Met-roldebuut als de heerszuchtige koning Nabucco, naast de Oekraïense sopraan





KOFFIE MET EEN TABLET PROGRAMMA 2024

Datum	Locatie	Onderwerp
10-01	ROC ter AA Nieuwveld	mobiliteit
25-01	Huiskamer de Ark	mobiliteit
20-02	Wijkhuis Geseldonk	online winkelen
29-02	Bibliotheek Helmond de Peel	online winkelen
05-03	Huiskamer de Ark	online winkelen
13-03	ROC ter AA Nieuwveld	online winkelen
19-03	Wijkhuis Geseldonk	digitale veiligheid
28-03	Bibliotheek Helmond de Peel	digitale veiligheid
02-04	Huiskamer de Ark	digitale veiligheid
10-04	ROC ter AA Nieuwveld	digitale veiligheid
14-05	Wijkhuis Geseldonk	QR code
21-05	Bibliotheek Helmond de Peel	QR code
30-05	Huiskamer de Ark	QR code
05-06	ROC ter AA Nieuwveld	QR code

Aanmelden

Via onze website www.bibliotheekhelmondpeel.nl/koffiemeteentablet kun je je aanmelden. Natuurlijk kun je ook bellen naar de bibliotheek om je aan te melden (0492 522 220) of naar de secretaris van KBO Kring Helmond (06 22 61 61 34).

Koffie met een tablet

Koffie met een Tablet is een samenwerking tussen KBO Kring Helmond, het Nationaal Ouderenfonds, gemeente Helmond, de afdeling Zorg&Welzijn van het ROC Ter AA en de Bibliotheek Helmond-Peel. De bijeenkomsten zijn geschikt voor mensen die al een smartphone of tablet hebben, maar ook voor mensen die hier niet over beschikken maar wél willen zien hoe het werkt.

Andere digitale vragen

Iedereen met digitale vragen kan terecht bij het digitale spreekuur in Bibliotheek Helmond. Iedere maandag, woensdag en vrijdag van 13.30-15.00 uur en op zaterdag van 10.30-12.00 uur. Bellen tijdens deze spreekuren mag ook (0492 522 220)

Artikel uit het ED van 13 december jl.

HELMOND - Een 82-jarige vrouw is het slachtoffer geworden van oplichting. De vrouw werd gebeld door iemand die zich voordeed als medewerker van de bank en raakte vervolgens voor duizenden euro's aan spullen kwijt.

Het slachtoffer werd begin oktober gebeld. Ze werd wijsgemaakt dat er verdachte transacties hadden plaatsgevonden op haar rekening en dat ze, om te voorkomen dat er nog meer geld van haar rekening zou verdwijnen, haar bankpas en andere waardevolle spullen af moest geven.

Honderden euro's gepind

Later die dag werden de bankpas en de spullen van het slachtoffer opgehaald. Nog diezelfde dag werd er met de bankpas van de vrouw voor honderden euro's gepind op

de Kerkstraat in Helmond. De spullen die de vrouw heeft afgegeven, hebben volgens de politie een waarde van duizenden euro's.

Gekiect bij 85+...



vaandel	helling	hoogbouw	opbrengst	5	om die reden
dodelijk	vat				roem
4			één en ander		
zandheuvel		pl. in Ghana			
tijdsmaat		universal serial bus			
			8	voordat	
			meterton		
grafvaas	dominee		plechtige gelofte		leger
	mythologische figuur				2
		dieren-geluid		mak	
		tennis-term		deel v.h. been	
vrucht	dieren-geluid		wild zwijn		pl. in Friesland
	deel v.e. auto		behoefstig mens		
	6			motor-schip	
				klomp vlees	
kelner			ontschorsen		
vragend vnv.			telwoord		
		tennis-term	pl. in Frankrijk		
regelmaat	droog (van wijn)			vuurwapen	telwoord
	hetzelfde				
		rookgerei			1
		hemel-lichaam			
bruid-schat	3			com-pagnon	blijkens de akten
voor-zetsel		pseudo			
klank			rekening	7	



1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---

Bewegen met JIBB+

Vijf digitale Beweegroutes Helmond

Jibb+ heeft met QR-FIT en gemeente Helmond vijf van de twaalf beweegroutes gedigitaliseerd. Het gaat om de route in Warande, Helmond Noord, Mierlo-Hout, Brouwhuis en Binnenstad. In iedere route staan acht palen met QR codes naar beweegoefeningen om alle spiergroepen te trainen. Een mooie gelegenheid om te werken aan spierkrachtversterking in de openbare ruimte.

Iedere maand gaan we 'Wandelen met...'

Iedere eerste maandag van de maand om 11:00 uur wordt één Beweegroute gelopen door een buurtsportcoach van Jibb+. We noemen dit 'Wandelen met...'. Iedereen is van harte welkom om aan te sluiten. Vooraf aanmelden is niet nodig.

Data 'Wandelen met...'

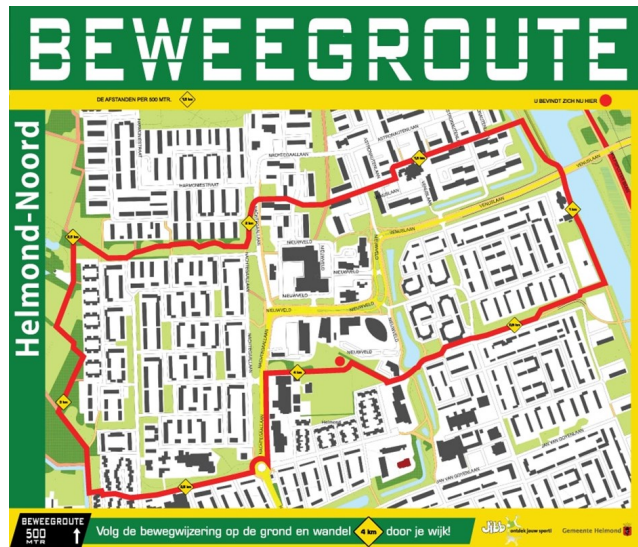
Hieronder staan de data en routes die we lopen in 2024:

- 8 Januari / Warande: Warandelaan (Skatebaan Warande)
- 5 Februari / Rijpelberg: Wijkhuis De Brem
- 4 Maart / Mierlo-Hout: Wijkhuis Geseldonk
- 1 April / Dierdonk: Wijkhuis Parkzicht
- 6 Mei / Helmond-West: Wijkhuis de Westwijzer
- 3 Juni / Binnenstad: Wijkhuis De Fonkel
- 1 Juli / Helmond-Oost: Wijkhuis De Lier
- 5 Augustus / Brandevoort: Wijkhuis Brandpunt (datum o.v.b. vanwege vakantie)
- 2 September / Rijpelberg: Wijkhuis De Brem
- 7 Oktober / Helmond Noord: Eeuwselspad, achter De Eeuwsels
- 4 November / Brouwhuis: Wijkhuis De Loop
- 2 December / Stiphout: 't Aambeeld, Dorpsstraat

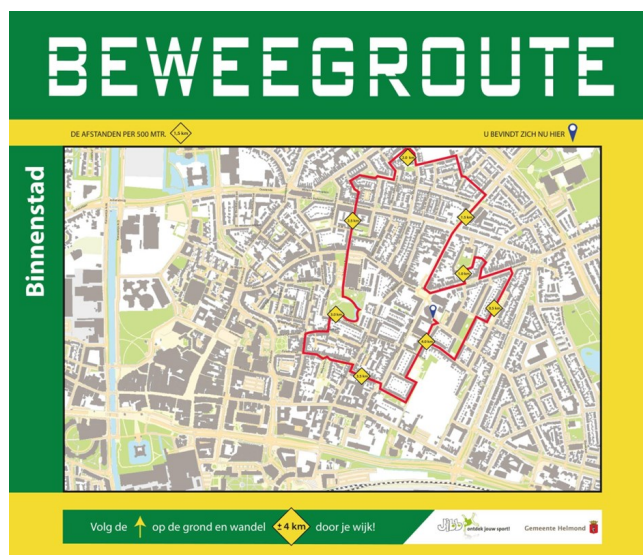
Startpunt: Eeuwselspad, achter De Eeuwsels.

Deelname is gratis, we hebben hier de routes voor ons werkgebied uitgelicht.

Wilt u meer weten scan dan QR code:



Startpunt: Wijkhuis de Fonkel (Prins Karelstraat 123)



Startpunt: Wijkhuis De Lier (Van Kinsbergenstraat 1)



Startpunt: Eeuwselspad, achter De Eeuwsels.

Even voorstellen...

Zoals onze voorzitter al vermeldde op pagina 1, wil ik graag van de gelegenheid gebruik maken mijzelf voor te stellen.

Mijn naam is Mariken van Bree en ik heb sinds kort de edele taak op mij genomen dit blad voor u leesbaar en netjes op te maken. Ik heb al enkele goedkeurende opmerkingen gekregen, maar als u suggesties hebt, of vindt dat het nog beter kan, aarzel dan niet om een mailtje te sturen (zie hiernaast).

Hoewel ik Somerense ben van geboorte, woon ik inmiddels sinds 1998, naar grote tevredenheid, in Helmond. Ik woon aan de rand van de binnenstad (lekker dichtbij het station en de winkels) samen met mijn kat Sieske. Ja, en ook heb ik een vriend, woneend in Mierlo-Hout en zolang dat kan houden we dat graag zo.

Ondanks het feit dat ik sinds enige jaren arbeidsongeschikt ben bevonden, ben ik toch blij dat ik in staat ben dit werk vrijwillig te kunnen doen. Dit is namelijk niet het enige waarvoor ik mijn best doe. Ik haal er in ieder geval veel voldoening uit. Ik ben inmiddels 55 jaar en hoop nog lang deel uit te maken van 'onze' KBO Bernadette. Ik hoop u ook.

Ik wens u verder van harte fijne kerstdagen en een goed en gezond 2024 toe!



En ook houden wij wel van een feestje... wellicht ontmoeten we elkaar binnenkort!

Mariken van Bree, redactie

**Inzenden kopij vóór
13 januari 2024**

activiteiten@kbobernadette.nl

Miny Verhoeven
Tel: 06-12992395

voorzitter@kbobernadette.nl

Hennie de Gooijer
Tel: 06-22616134
Helmondseweg 41, Aarle-Rixtel

penningmeester@kbobernadette.nl

Miny Verhoeven
Tel: 06-12992395
Ruusbroeclaan 150, Helmond

secretaris@kbobernadette.nl

Correspondentieadres:
KBO-Bernadette
Lijsbeth van Villeynstraat 14
Helmond

webmaster@kbobernadette.nl

Peter Krom

redactie@kbobernadette.nl

Mariken van Bree
Tel: 06-21576946

leden@kbobernadette.nl

Mieke Jacobs
Tel: 06-20766829

Voor alle wijzigingen, zoals verhuizing, telefoonnummer, bankrekeningnummer, e-mailadres etc.:
Correspondentieadres:
KBO Bernadette
Ruusbroeclaan 150
5702 AZ Helmond

Bankrekening KBO Bernadette:
NL88 RABO 0138 7256 40

Hulp nodig? Bijvoorbeeld hulp bij het invullen van uw belastingformulier, WMO-cliëntondersteuning, hulp van een vrijwillige ouderendadviseur, stuur dan een e-mail naar: info@vboh.nl of bel 0492-792392.

MAANDACTIVITEITEN (voorlopig)

Woensdag 10 januari	Jeu de boules bij Littie of Littienie
Donderdag 25 januari	Kom-Bij-Ons bij de Keyser
Woensdag 7 februari	Stampotten in Jan Vissermuseum
Dinsdag 20 februari	Algemene Ledenvergadering
Zondagmiddag 25 februari	Genesisus
Dinsdag 5 maart	Curling in Lierop