



VOORWOORD VAN ONZE VOORZITTER

Beste leden,

Als u dit blad ontvangt, hebben we de ledenvergadering gehad en hebben we met zijn allen een nieuwe naam gekozen. Alleen weet ik nu nog niet wat de uitslag is.

We zijn een groeiende vereniging en steeds meer mensen weten ons te vinden. Dat betekent dat we als bestuur, dat bestaat uit vrijwilligers, ook steeds meer werk moeten verzetten. Gelukkig hebben we een leuk team en kunnen we op elkaar rekenen en we helpen elkaar waar nodig is. De activiteitencommissie is weer druk doende om voor onze leden een leuk programma samenstellen; het bestuur gaat aan de slag met de naamswijziging en ook met een informatie avond voor onze nieuwe leden.

Ondertussen krijgt u elke maand de ONS en het Journaal thuisbezorgd, waarvoor wij een groep vrijwilligers hebben die dit elke maand bij u bezorgt.

De lente zit eraan te komen en de dagen worden al weer langer. Ik wens jullie veel leesplezier en adviseer je meteen op te geven wanneer je ergens aan mee wil doen, want VOL=VOL.

Hennie de Gooijer voorzitter

Nieuwe leden

Mevr. A.M. Donkers-van der Zanden

Mevr. M.A. van der Kooij-Kuiper

De heer E.L. Loupias

Mevr. M.H.L. Loupias-Sprengers

De heer P.J.H. Schoeber

Aantal leden per 08-03-2024: 394

ACTIVITEITEN NIEUWS

Bezoek oesterzwammenkwekerij op dinsdag 14 mei

Op 14 mei brengen we een bezoek aan de oesterzwammenkwekerij in Liessel, Straatsebaan 6. Het programma ziet er als volgt uit:

14.00 uur: ontvangst met koffie/thee en een koekje.

14.15 uur: algemeen verhaal over het bedrijf.

15.00 uur: rondleiding door de teeltcellen.

15.30 uur: oesterzwammenbitterballen proeven en nog een rondje koffie.

15.45 uur: eventueel de mogelijkheid om producten te kopen.

16.00 uur: einde programma.



De kosten voor dit bezoek zijn € 7,50. U kunt zich **tot 7 mei** aanmelden door overmaking van het bedrag op onze rekening met vermelding "oesterzwammen".

We maken gebruik van carpoolen; wie mee wil rijden, graag dit tijdig doorgeven. We vertrekken dan om 13.15 uur vanaf de Braak, Rembrandtlaan. De groepsgrootte bestaat uit minimaal 25 en maximaal 60 personen.

Kom-Bij-Ons

Herberghe de Coeckepanne

Het is niet bij iedereen duidelijk geweest dat je je aan moet melden als je vóór het bezoek aan Herberghe de Coeckepanne de kerk wil bezoeken.

Verslag Genesis van 25 februari jl.



Op zondag 25 februari was het eindelijk zo-ver! In november hadden we (43 personen) ons al opgegeven. Het was werkelijk de moeite waard.

We hebben af en toe dubbel gelegen van het lachen. Begin november volgt er een jubileum uitvoering. De kosten hiervoor zijn € 12,50. Omdat in mei de verkoop start, willen we vragen om u nu reeds aan te melden bij Miny Verhoeven via miny@kbobernadette.nl of via 06-12992395. Verdere gegevens volgen in het volgende journaal.

VERSLAGEN



Verslag curling op 5 maart jl.

De opkomst was redelijk. We waren aanwezig met 23 personen, zowel mannen als vrouwen. Nadat we lekker hadden genoten van koffie en thee met een lekker stukje vlaai konden we beginnen. We werden in groepjes van 4 ingedeeld en nummerkaartjes om de hals zodat we wisten wie bij wie hoorde. Ik zelf had nummer 3. Ik had het nooit gespeeld maar het ging wonderwel goed. Het duurde van 14.00 tot ± 16.00 uur. Daarna werden de punten opgeteld. Tot mijn verbazing werd ik 1^e, samen met Mieke Jacobs.



We hebben weer genoten, nog even op de foto en een klein bezempje in ontvangst mogen nemen gingen we weer huiswaarts.

Beppie Deelen-Vriens



Verslag bijeenkomst 15 maart met als onderwerp Testament.

Jan Meijer van OMD notarissen nam ons mee in de mogelijkheden en voordelen van testamenten en levenstestament. Tevens gaf hij uitleg over schenken en welke consequenties dit heeft.

Op deze ochtend waren een 15-tal ouderen aanwezig, die geïnteresseerd luisterden en zo nu en dan vragen stelden. Het is ook ingewikkelde materie. Met een testament regel je alles voor na je dood, met een levenstestament regel je zaken als je ziek wordt en in een verzorgingshuis moet, dus nog bij leven. Schenken betekent ook vaak dat je zelf minder hoeft bij te dragen als je opgenomen moet worden in een verzorgingshuis en later je kinderen minder belasting hoeven te betalen. En wat als je een kind wilt onterven, ook dat is duidelijk uitgelegd. Heb je een samengesteld gezin, hoe werkt erven dan, ook daar hebben we antwoord op gekregen.

Aan het eind zei een mevrouw, het is bijna altijd maatwerk en inderdaad, dat is zo, want veel hangt af van de omstandigheden. Je kunt met OMD altijd een vrijblijvende afspraak maken voor advies.



Bijeenkomst de Schabbert 2e vrijdag in de maand Aanvang 10.30 uur

Voor uw agenda; de volgende onderwerpen zijn bekend:

12 april: toeslagen, wat is er etc.

7 mei: alles over bankzaken.

**Iedereen is welkom
en de deelname is gratis.**

Zoals gewoonlijk staat de koffie bruin.

Je bent van harte welkom.



KBO Bernadette
06-22616134



Nachtegaallaan 215
06-15375646



06-40944887

Informatie over toeslagen

Op vrijdag 12 april organiseren KBO-Bernadette, LEVgroep en de Schabbert samen een informatiemorgen over toeslagen. Er zijn heel veel toeslagen om bewoners te ondersteunen. De huurtoeslag en de zorgtoeslag zijn de bekendste. Els Weenink, sociaal raadvrouw bij LEV is uitgenodigd om daarover te vertellen.

- Welke toeslagen zijn er?
- Hoe vraag je die toeslagen aan?
- Wie helpt me bij het invullen van formulieren?
- Kan iedereen een beroep doen op de formulierenbrigade?

Ook deze ochtend is kosteloos: vrijdag 12 april, 10.30 uur. Met koffie en cake.

Valpreventie in Helmond-Oost Veilig bewegen in en om uw huis



Bent u 65 jaar of ouder en woont u nog thuis in Helmond? Neem deel aan het gratis valpreventieprogramma en blijf langer fit, zelfstandig thuis wonen én genieten van het leven. Zelfstandig wonen en onbezorgd de dagelijkse dingen blijven doen, zoals een boodschapje, een rondje fietsen of een familiebezoek. Naarmate we ouder worden, kan dit steeds lastiger worden. Een goede gezondheid helpt hierbij.

Wat houdt het valpreventieprogramma precies in?

Het valpreventieprogramma start met een informatiebijeenkomst bij u in de wijk. Voor Helmond-Oost vindt de bijeenkomst op maandag 15 april van 15.30 tot 17.30 uur plaats in Ontmoetingscentrum Rozenhof (Rozenhof 43). Voor Helmond-Noord vindt de bijeenkomst op dinsdag 9 april van 15.30 tot 17.30 uur plaats in wijkcentrum

De Boerderij, Harmoniestraat 105. Tijdens deze bijeenkomst krijgt u informatie over allerlei onderdelen die invloed kunnen hebben op vallen. De onderdelen die besproken worden zijn: risico's in en rondom het huis, medicijngebruik, een slechte houding en schoeisel en de voedingskeuze. Daarnaast doen we een aantal testjes om te kijken of u een verhoogd valrisico heeft en of het valpreventieprogramma voor u geschikt is.

Resultaten pilot in Stiphout

In het voorjaar van 2023 is er een pilot valpreventie geweest waarbij de deelnemers begeleid werden door professionals om een val te voorkomen en op een juiste wijze op te staan. De deelnemers gaven na de trainingen aan dat ze zich zekerder voelen met bewegen (lopen, zitten, bukken en opstaan), meer zijn gaan bewegen, beter weten waar ze op moeten letten om een val te voorkomen, minder angstig zijn geworden om te vallen en op een veilige manier op kunnen staan na een val. Blijf ook langer fit en neem deel aan het gratis valpreventieprogramma.

Aanmelden en meer informatie

Bent u woonachtig in Helmond-Oost? Meld u gratis aan voor de informatiebijeenkomst op maandag 15 april van 15:30 tot 17:30 uur in Ontmoetingscentrum Rozenhof, Rozenhof 43 . Ga naar www.jibbplus.nl/valpreventie en schrijf je in. Let op: VOL = VOL. Aanmelden kan ook door tijdens kantooruren te bellen naar Jibb+ via telefoonnummer 0492 – 347 071. Weten wanneer uw wijk aan de beurt is? Kijk voor meer informatie op www.jibbplus.nl/valpreventie.



Bijeenkomsten Koffie met een Tablet

Tot en met mei zijn er weer verschillende momenten gepland voor Koffie met een Tablet. Deze gratis bijeenkomsten zijn speciaal voor de oudere inwoners van Helmond. In gezelschap én met een kopje koffie of thee gaan we aan de slag met een digitaal thema. De inhoud van de bijeenkomsten is gebaseerd op het programma 'Welkom Online' van het Nationaal Ouderenfonds.

Digitale veiligheid

We winkelen, bankieren en zoeken informatie online en kunnen niet meer zonder internet. Maar we weten ook dat er soms misbruik wordt gemaakt. Hoe herken je een phishing mail? Is een webshop wel betrouwbaar? We begeven ons samen op de digitale snelweg en wijzen je op de mogelijkheden en de risico's.

QR codes

Je ziet steeds meer QR codes opduiken, bijvoorbeeld op verpakkingen, op toeristische bordjes of onderweg op terrassen om iets te bestellen. We bekijken hoe je deze QR codes kunt scannen met je smartphone

Aanmelden

Voor deze drie thema's organiseren we bijeenkomsten in de Geseldonk, de Ark, in de bibliotheek en bij Lokaal Sociaal (bij het ROC) en beginnen telkens om 14.00 uur. Via onze website www.bibliotheekhelmond-peel.nl/koffiemeteentablet vind je meer informatie en kun je je aanmelden. Natuurlijk kun je ook bellen naar de bibliotheek om te informeren naar de data en 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.

rangtelwoord	▼	soort	▼ 3	stadium	▼	pl. in Overijssel	▼	werelddeel	▼
bioscoop		visgerei						gordijnstang	
	▶					boerengrond	▶		
lidwoord	▶			Spaanse titel	▶				1
binnenkomst				pl. in Gelderland	▼				
	▶	8				scheepstouw	▶		
durf		en dergelijke (afk.)	▶			par expresse (afk.)	▶	groot hert	
		kijvende vrouw	▼			zangstem	▼		
	▶		getijde	▶		bijbelse vrouw	▶		
			tennisterm	▼		sportploeg	▼		
Europese vrouw	boom	▶		koraaleiland	▶				geldstraf
	alert	▼		part	▼				
	▶							aan boord (afk.)	▶
								rijstgerecht	▼
bewijsstuk	▶					in het jaar	▶		7
onlangs									
	▶		bergweide	▼	2	larve	▶		
						nakomeling	▼		
schildergerie		lage vrouwenstem	▶			leeg		proef	
		profeet	▼						
	▶					keurtroepen	▶		
						plechtige gelofte	▼		
pl. in Overijssel	▶							dierengeluid	4
streling									voorzetsel
	▶		zelfzuchtig mens	▶					
korf	▶		5			vleesstokje	▶		

© www.puzzelpro.nl

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

MAANDACTIVITEITEN (voorlopig)

Woensdag 27 maart	Algemene Ledenvergadering
Dinsdag 2 april	Boskoop
Woensdag 17 april	Coeckepanne in Lierop
Dinsdag 14 mei	Bezoek oesterzwammen in Liessel
Donderdag 30 mei	Kom-Bij-Ons Het Huys

GEZOCHT!!

PENNINGMEESTER

Onze huidige penningmeester heeft de volgende taken: coördinator activiteitencommissie en penningmeester. Dit wordt haar nu toch te veel. Coördinator activiteitencommissie blijft ze doen en ook de daaraan gerelateerde aanmeldingen van leden voor activiteiten.

De nieuwe penningmeester heeft vooral de taken: de jaarrekening opstellen en de begroting opstellen en bewaken. De jaarlijkse incasso's van de contributie en bewaken, of degenen die geen incasso hebben dit via een factuur te laten voldoen. Overigens doen de voorzitter en penningmeester dit altijd samen. Tenslotte zorgt zij voor de subsidieaanvraag bij de gemeente Helmond.

We maken gebruik van het boekhoudpakket e-boekhouden. In ons bestuur is het gebruikelijk dat een bestuurslid eerst een periode meeloopt als aspirant lid, zodat we ook aan elkaar kunnen wennen. Bij alle taken die een bestuurslid heeft, helpen we elkaar indien nodig. Je staat er nooit alleen voor.

Voor meer informatie kun je contact opnemen met:

**Miny Verhoeven, 06-12992395 of
Hennie de Gooijer 06-22616134.**

Inzenden kopij uitgave mei uiterlijk inleveren op 17 april 2024

activiteiten@kbobernadette.nl

Miny Verhoeven

Tel: 06-12992395

voorzitter@kbobernadette.nl

Hennie de Gooijer

Tel: 06-22616134

Dierdonklaan 7

5709 MG Helmond

penningmeester@kbobernadette.nl

Miny Verhoeven

Tel: 06-12992395

Ruusbroeclaan 150

5702 AZ Helmond

secretaris@kbobernadette.nl

Correspondentieadres:

KBO-Bernadette

Lijsbeth van Villeynstraat 14

5706 MJ Helmond

Voor alle wijzigingen, zoals verhuizing, telefoonnummer, bankrekeningnummer, e-mailadres etc.:

leden@kbobernadette.nl

Mieke Jacobs,

Tel: 06-20766829

Anemoonstraat 20

5701 EN 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 ouderenviseur, stuur dan een e-mail naar: info@vboh.nl of bel 0492-792392.