

E.MAILADRESSEN

Het Infoblad verschijnt eenmaal per maand.

Soms is er tussentijds extra informatie die eerder aan u kan worden doorgegeven als uw mailadres bij ons bekend is. Zo is de donderdagse ontmoetingsmiddag deze maand kunnen starten en ook de wandelgroepen zijn deze week op maandag en woensdag weer gestart.

Dit nieuws leest u in het Infoblad, maar degenen waarvan het mailadres bekend is hebben deze informatie al ontvangen. Heeft u geen mail ontvangen dan is uw mailadres wellicht niet bekend bij ons of hebben we een verkeerd (oud) adres.

U kunt uw mailadres doorgeven aan onze secretaris. Zo komt u in het bestand en kunnen we ook u op de hoogte brengen van 'tussentijds' nieuws.

Mail naar:

**ad.heesemans@senioren-heythuysen.nl of
keesvanderheyde@ziggo.nl**



AANGEMELD ALS LID

Dhr. G. Lemmen	Kloosterstraat 27
Mw. D. Lemmen-van Horne	Kloosterstraat 27
Dhr. W. Hanssen	Meerkamp 2C
Mw. P. Hanssen-Bruns	Meerkamp 2C

Van harte welkom bij de afdeling KBO Heythuysen. Wij hopen u vaak bij een van onze activiteiten te mogen begroeten.

OVERLEDEN LEDEN

Mw. S. Ottenheim-Wulms	Magdalenastraat 17
Mw. D. Verbong-Hensen	L'Unionlaan 1, kamer 215

Wij wensen de familie veel sterkte toe bij het verwerken van dit verlies.



JULI/AUG. 2021



**voor het laatste nieuws:
www.senioren-heythuysen.nl**

L
E
D
E
N
I
N
F
O
R
M
A
T
I
E

BESTE LEDEN,

Bijna 1,5 jaar houdt het coronavirus ons in haar greep. Gelukkig gloort er nu meer hoop dat onze samenleving geleidelijk aan open kan gaan. Wij zijn verheugd dat er voor onze vereniging weer mogelijkheden komen om activiteiten te hervatten. Zoals u in dit blad kunt lezen zijn de fitness en wandelgroepen inmiddels weer gestart. In september is er een lezing gepland, georganiseerd door onze educatiecommissie. We bekijken ook of het mogelijk is om het kienen, het eetpunt enzovoort op een voldoende veilige manier te kunnen hervatten.

Intussen bereiden wij ons voor op de viering van ons 60 jarig jubileum dit jaar.

De in enkele jaren traditie geworden zomervakantieweek is helaas nog niet volledig uitvoerbaar. Op 1 augustus aanstaande zal wel de openluchtmis plaatsvinden bij het pesthuisje van Zorgcentrum Elisabeth. Tijdens deze dienst zullen wij ook onze overleden leden herdenken. Meer informatie hierover vindt u elders in dit blad.

In verband met aanstaande verhuizing zal ons bestuurslid Cocki Westerburgen het bestuur gaan verlaten. Voor deze vacature en openstaande vacatures van vorige jaren hebben wij Bert van Tilburg en Adri van Bruggen bereid gevonden mee te draaien met het bestuur om eventueel in de eerstvolgende ledenvergadering van 15 oktober aanstaande voorgedragen te kunnen worden als nieuw bestuurslid. Daarnaast hebben wij nog een vacature. Graag nodigen wij u uit om uzelf dan wel iemand anders voor te dragen als kandidaat voor een bestuurslidmaatschap.

Blijf gezond en zie om naar elkaar

Bestuur Seniorenvereniging Heythuysen

Secretariaat: Hooghveld 18 6093 DB Heythuysen, tel. 0475-492773

MEER BEWEGEN VOOR OUDEREN (MBVO)

WANDELEN

Wandelen op maandag- en woensdagmorgen.

De wandelgroepen op maandag- en woensdagmorgen kunnen weer starten omdat vanaf afgelopen zaterdag 26 juni er geen beperkingen zijn voor wat betreft groepsvorming buiten.

Neem wel de regels van het RIVM in acht.



De **maandaggroep** vertrekt om **10.00 uur** precies bij de Busjop.
De **woensdaggroep** vertrekt om **9.30 uur** precies bij café Goeden in Roggel.

Er wordt een uur gewandeld waarna er een gezellig samenzijn is van een half uur. Hieraan kunt u uiteraard vrijblijvend deelnemen. Het wandelen is gratis. Consumpties na de wandeling zijn voor eigen rekening.

U kunt zich altijd aansluiten bij de groepen en meewandelen. Enige voorwaarde: op tijd aanwezig zijn, anders is de vogel (wandelaar), gevlogen....

Voor informatie, kunt u contact opnemen met Geert Peeters, tel. 493106

FIETSEN

Géén fietsgroepen in 2021.



Het organiseren van fietstochten vindt de werkgroep nog niet mogelijk. De verplichte 1½ meter afstand maakt het moeilijk om de fietstochten gestalte te geven. Ook het daarmee samenhangende terrasbezoek is met een grotere groep bijna onmogelijk.

De werkgroep heeft met pijn in het hart besloten in 2021 **geen** fietstochten te organiseren

Dit geldt voor zowel de dinsdag- als donderdagmiddaggroep.

Maar... natuurlijk hoeft u de fiets niet op stal te laten staan.

Vorm zelf kleinere fietsgroepjes. U weet het: bewegen is goed voor lijf en leden en sociaal contact met anderen, zeker in deze tijd, is onmisbaar.

Aanmeldingsformulier Openluchtmiss in het Pesthuisje op zondag 1 augustus

Aankruisen aan welk onderdeel u wenst deel te nemen en totaalbedrag invullen

Naam deelnemer 1 :

Naam deelnemer 2 :

Adres:

Telefoon:

Deelnemer 1 neemt deel aan H. Mis in open lucht (gratis) ☐

Deelnemer 2 neemt deel aan H. Mis in open lucht (gratis) ☐

Deelnemer 1 neemt deel aan H. Mis en nazit, kosten € 6 ☐

Deelnemer 2 neemt deel aan H. Mis en nazit, kosten € 6 ☐

Totaal bedrag à € _____ is overgemaakt.

De betaling graag per bank voldoen!!

Bankrekening Seniorenvereniging zie linker pagina.

Opmerkingen en/of verzoek vervoer naar en van het Pesthuisje

.....
.....
.....

Inleveradressen (en eventuele informatie):

Ine Cranen, Roosveldsingel 5 tel. 493416

Peter Naaijken, Oude Trambaan 18 tel. 492853

OPENLUCHT H. MIS OP ZONDAG 1 AUGUSTUS



Wat hebben we allemaal verschrikkelijk uitgekeken naar het moment dat na Corona de wereld weer terug zou keren naar "normaal". Dat we elkaar gewoon kunnen ontmoeten en onze dingen doen!! Het ziet er op dit moment naar uit dat dat moment nabij is. De organisatie van een vakantieweek zoals we die kennen is op dit moment wellicht nog een stap te ver. Uw bestuur denkt echter dat een openluchtmis mogelijk is. Natuurlijk met alle maatregelen zoals die op dat moment actueel zijn in acht genomen.

Wij nodigen daarom iedereen van harte uit tot het bijwonen van de openluchtmis op zondag 1 augustus om 10.30 uur. Pastoor Vankan draagt deze mis op een bijzondere locatie op, namelijk in (of om) het Pesthuisje in de achtertuin van Zorgcentrum St. Elisabeth. Om deze bijzondere situatie na Corona te accentueren zal er een herdenkings-tafeltje worden ingericht. Hierop kunnen door degene die dat willen, zelf kleine foto's worden geplaatst van dierbaren die hen het afgelopen coronajaar zijn ontvallen. De mis wordt muzikaal omlijst door de in Heitse bekende B&B band.

Na de mis kunt u samen gezellig napraten en genieten van koffie/thee en een kopje soep met verse broodjes. Hiervoor moet u zich apart aanmelden middels onderstaand formulier.
Einde van deze activiteit rond 13.00 uur.

Het bezoeken van de mis is voor iedereen gratis. Voor deelname aan de nazit met koffie, soep en broodjes bedragen de kosten € 6,- per persoon. In principe geldt dat deelnemers zelf (of samen met kennissen) zorgen voor hun vervoer naar het Pesthuisje. Als dit voor u onoverkomelijk is kunt u dit duidelijk op het aanmeldingsformulier vermelden. De seniorenvereniging zorgt dan voor een passende oplossing. Geef op het aanmeldingsformulier duidelijk aan waaraan u wenst deel te nemen.

Lever het aanmeldingsformulier uiterlijk vrijdag 16 juli in op een van de vermelde adressen.

De totale kosten van deelname dient u bij opgave te voldoen onder vermelding van naam en adres op bankrekeningnummer NL84RABO0122297598 ten name van Seniorenvereniging Heythuysen

MEER BEWEGEN VOOR OUDEREN (MBVO)

KOERSBAL

De groep voor koersbal is op dit moment te klein om te beginnen. Het plan is deze activiteit in september weer op te starten. Bent u geïnteresseerd in deelname en wilt u verdere informatie dan kunt u contact opnemen met Tonnie Horstermans, tel. 494650



FITNESS

Ook bij de fitness groepen die sporten bij LACO en Anytime Fitness is nog ruimte voor nieuwe deelnemers. U krijgt onder begeleiding, een uur beweging op een prettige manier en werkt zo, samen met een groep enthousiaste sporters, aan de verbetering van uw conditie.

Voor meer informatie en aanmelding kunt u ook hiervoor terecht bij Tonnie Horstermans tel. 494650.



LACHEN

Onderzoek heeft aangetoond dat 2 minuten lachen net zo gezond is als 20 minuten sporten; als je mij zoekt dan zit ik in het fitnesscentrum sporters uit te lachen.



HERVATTING DONDERDAGSE ONTMOETINGS- MIDDAG IN DE BOMBARDON



Na ruim 15 maanden coronabeperkingen hopen we allemaal dat onze samenleving geleidelijk aan weer open kan gaan. Dat is ook van toepassing op de activiteiten van onze vereniging.

Een daarvan is de **donderdagse ontmoetingsmiddag** die onze vereniging samen met de Zonnebloem afdeling Heythuysen organiseert.

Wij zijn blij te kunnen melden dat de Bombardon voor deze middag weer open mag. Uiteraard met inachtneming van de regels van het RIVM.

Wilt u kaarten, biljarten, handwerken of gewoon een kopje koffie drinken dan bent u van harte welkom de komende donderdagen. Heeft u andere ideeën als aanvulling op voornoemde activiteiten dan kunt u dit altijd doorgeven.

Schroom niet om binnen te lopen en uw wensen kenbaar te maken. Het eerste uur van de middag is een vrijwilliger aanwezig om u wegwijs te maken.

U bent van harte welkom terug in de Bombardon op de **donderdagmiddag van 13.30 uur tot 16.30 uur**.

PS: de handwerksters, die breien voor een goed doel kunnen altijd breigaren gebruiken. Heeft u nog garen liggen en gebruikt u dit niet meer, de handwerksters zijn er blij mee! U kunt het garen op de donderdagmiddag afleveren bij de enthousiaste breigroep.

HULP VAN ONZE VRIJWILLIGE OUDERENADVISEURS

U wordt ouder, maar woont wel nog zelfstandig. U zou best wel eens willen praten met iemand die luistert naar de vragen en problemen die het ouder worden met zich meebrengt. Vragen over wonen, veiligheid, maaltijdvoorziening en thuiszorg, maar ook over financiën, gezondheid en eenzaamheid. Iemand die u vervolgens de weg kan wijzen omdat deze persoon weet bij welke instantie u waarvoor moet zijn. Maar ook iemand die gewoon op de hoogte is van leuke activiteiten waar u naartoe kunt gaan.

Zo iemand is de ouderenadviseur van de Seniorenvereniging. De ouderenadviseur komt bij u thuis, zodat u verschillende vragen aan hem of haar kunt voorleggen. De ouderenadviseur kent het brede terrein van zorg en welzijn, de regelingen, de activiteiten en de voorzieningen. Hij/zij zoekt vervolgens samen met u naar antwoorden op uw vragen. Dat kan bijvoorbeeld door te helpen bij het contact leggen met verschillende instanties, verzorgers en voorzieningen. Hij/zij gaat vertrouwelijk en integer te werk en heeft daarbij altijd uw belang voor ogen.

Enkele voorbeelden van vragen / problemen waarover u met de ouderenadviseur kunt praten:

- u heeft moeite rond te komen van uw AOW of klein pensioen;
- u komt steeds meer alleen te staan, u heeft nog weinig aanspraak;
- u heeft steeds meer moeite met boodschappen doen, eten koken, de deur uitgaan;
- u krijgt steeds meer met verlies te maken (bijvoorbeeld het overlijden van uw partner);
- u bent op zoek naar leuke activiteiten met leeftijdgenoten;
- u heeft een vertrouwenspersoon nodig bij WMO gesprekken met de gemeente

Een deskundige ouderenadviseur van onze vereniging kan u hierbij steunen.

Om de hulp van een ouderenadviseur in te roepen kunt u contact opnemen met Cocki Westerburgen, tel. 492172