

KBO Oosterhout Stad

Nieuwsbrief november 2023

Kerstdiner op 13 december 2023



Op 13 december a.s. organiseert KBO Oosterhout Stad (**alleen voor haar leden**) om 18.00 uur weer een gezellig kerstdiner in De Bunthoef, met liefde verzorgd door Eugène Springer, kok bij De Bunthoef. Heeft u een allergie of dieet, dan houdt Eugène daar rekening mee.

De prijs van het diner, inclusief wijn, bedraagt € 25,- p.p.

Anmelding voor deelname verplicht.

U kunt dit doen vanaf **1 november** bij Rikie van Ginneken tel: 06-51614226 of per e-mail: kborikie@gmail.com.

Na aanmelding kunt u het bedrag van € 25,00 p.p. overmaken op rekening nummer NL97RABO0123706580 van KBO Oosterhout Stad o.v.v. Kerstdiner. Graag overmaken vóór 30 november. Daarna is uw plaats bij het Kerstdiner gereserveerd.

Hobby-middagen

Zondag 26 november
17 december



Aanvang 14.00 uur tot ca. 16.00 uur.
Leden € 8,50, niet-leden € 9,50 incl. koffie of thee.

Locatie: Activiteitscentrum De Slotjes.
Voor de knutselmiddag op zondag 26 november **verplicht opgeven**. Dat kan van 18 tot en met 23 november.
Bij verhindering geen restitutie i.v.m. aankoop materialen.

Betaling voor deelname op 26 november graag vóór 24 november op bankrekening NL97RABO 0123706580 t.n.v. KBO Oosterhout Stad, o.v.v. hobbymiddag november

Opgeven bij Franka Broeders: Tel. 06-43094630



Kerstmiddag in Theater de Bussel

Donderdag 21 december 2023
Aanvang 13.30 uur

Ook dit jaar vieren we weer samen Kerstmis in een sfeervol Theater de Bussel. Na de koffie met het bekende kerstbrood wacht u in de theaterzaal een sfeervol, ontroerend muzikaal optreden van Annet Delegno. Annet trad 15 jaar op in binnen-en buitenland met grote shows.

Voor u zingt ze vandaag een combinatie van klassiek, pop en musicalnummers.

Het wordt, zoals ze zegt, een optreden dat warmte brengt in de koude wintermaanden en ervoor zorgt dat zelfs de ergste koukleum gaat smelten.

Na de theatershow staat er voor u een feestelijk drankje klaar om er samen met onze andere leden en vrienden nog een gezellige samenkomst van te maken.

Uw bijdrage voor deze muzikale kerstmiddag in De Bussel : € 5,00 per persoon.

Dit is incl. koffie/thee met kerstbrood, theaterticket en drankje na afloop.

Let op: Alleen voor leden KBO Oosterhout Stad.

U dient zich aan te melden. Dat kunt u doen **vanaf 1 november** bij Rikie van Ginneken, telefoon 06-51614226 of via e-mail: kborikie@gmail.com

Na deze aanmelding kunt u betalen op bankrekening nr. NL97RABO0123706580 t.n.v. KBO Oosterhout Stad vóór 16 december o.v.v. Kerstmiddag 21 december.

Daarna is uw plaats in het theater gereserveerd.

Vrijdag 24 november bloemschikken

Opgeven is mogelijk tot 20 november
De kosten zijn inclusief materiaal, koffie of thee.

Leden KBO Oosterhout Stad € 15,00
Niet leden en introducees € 17,00.

Aanvang 9.30 tot ca. 11.30 uur.

Aanmelden bij: Rikie van Ginneken
Tel: 06-51614226 of via e-mail: kborikie@gmail.com
Activiteitscentrum De Slotjes.



“Oud genoeg om wijs te kiezen”

Petitie

In het maandblad de ONS, dat bij onze leden op de mat ligt of deze week valt, besteden we volop aandacht aan de komende verkiezingen voor de Tweede Kamer. Dat doen we met de bewustwordingsactie Oud genoeg om wijs te kiezen. Met de actie roepen we iedereen op om “wijs te stemmen”, namelijk op een partij die een goed ouderenbeleid heeft.

We zijn daarvoor een petitie gestart waarin we alle politieke partijen oproepen met een verstandig ouderenbeleid te komen. We hopen dat heel veel mensen de petitie tekenen! Dat kan online (zie www.onsmagazine.nl/petitie) of op papier. De “papieren” petitie staat in de ONS, op pagina 19 (zie het voorbeeld hieronder).

Ondertekenaars kunnen de papieren petitie per post naar KBO Brabant sturen. U kunt de petitiestrook ook inleveren bij KBO Oosterhout Stad, Hamerbijl 40, 4906 LJ Oosterhout.

Het is belangrijk dat we onze leden bewust maken van het belang om te gaan stemmen op 22 november! Want als de politiek geen werk maakt van goed beleid voor senioren, treft dat miljoenen Nederlanders. Nu en in de toekomst. Dank voor uw steun en hulp daarbij!

TEKEN DE PETITIE!

Laat de politieke partijen van Nederland weten dat hun ouderenbeleid voor u zwaar meetelt op 22 november.
Tekent de petitie Oud genoeg om wijs te kiezen!

PETITIE

Ik ga zeker stemmen voor de Tweede Kamer op 22 november 2023. Daarbij hou ik rekening met de plannen die politieke partijen hebben voor ouderen. We worden allemaal ouder. In Nederland groeit de groep ouderen sterk. Daarom is het van groot belang dat politieke partijen goede plannen hebben voor ouderenbeleid. Voor gezondheid en welzijn. Voor ondersteuning en zorg. Voor passend wonen. Voor inkomens en pensioenen. Voor veiligheid, vervoer en voorzieningen in de buurt. Voor waardering van zorgprofessionals, mantelzorgers en vrijwilligers. Als de politiek nu geen werk maakt van goed ouderenbeleid, belanden we in een zorginfarct. Dat treft mij, mijn kinderen, mijn kleinkinderen en miljoenen Nederlanders!

Daarom verklaar ik dat mijn stem op 22 november gaat naar die partij die hiervoor goede plannen heeft. Ik zal wijs stemmen!

Uw gegevens worden uitsluitend gebruikt voor het doel van de petitie, niet gedeeld met derden en na gebruik vernietigd.

Naam:	<input type="text"/>
Adres:	<input type="text"/>
Woonplaats:	<input type="text"/>
Handtekening:	<input type="text"/>

Lever de getekende petitie in bij uw eigen KBO-Afdeling. Of stuur deze strook naar Petitie Senioren Netwerk Nederland, p/a Postbus 3240, 5203 DE 's-Hertogenbosch.

Tekent u de petitie liever online? Dat kan! Ga naar www.onsmagazine.nl/petitie of naar www.petities.nl en teken onze petitie daar. Laat alle politieke partijen nu al zien dat een goed ouderenbeleid hen veel stemmen oplevert!



Actief Brein

Haal meer uit je hersenen!

Nieuwe wekelijkse activiteit voor leden KBO Oosterhout Stad

Gezonde hersenen zijn niet vanzelfsprekend. Cognitieve Fitness is een wetenschappelijk onderbouwde groepstraining waarbij veel uitdagende oefeningen worden gegeven om je brein zo gezond mogelijk te houden. Door je hersenen te blijven uitdagen stimuleer je de aanmaak van nieuwe verbindingen tussen de hersencellen, wat de kans op dementie verkleint. Hoe jonger je begint met hersenen trainen, hoe meer reserve je hebt om op latere leeftijd de gevolgen van ouderdom en eventueel dementie te verkleinen. Cognitieve Fitness is voor ieder die zijn of haar hersenen gezond wil houden.

De groepslessen worden gegeven in “Activiteitscentrum De Slotjes” iedere maandag- en vrijdagochtend van 11.30 uur-12.30 uur.

Meld u vrijblijvend aan voor een gratis proefles
Lia Joosen tel: 06-4639 2051

Voor afdelingsnieuws bezoek onze website: www.kbo-oosterhoutstad.nl



Vrijdag 17 november Informatie KBO-Oosterhout reizen 2024

Nieuwsgierig naar onze nieuwe bestemmingen?
Kom kijken en luisteren wat 2024 gaat brengen.

Welkom in Activiteitscentrum “De Slotjes”

Presentaties om 10.30 en 14.00 uur

Indien u bent aangemeld voor 14.00 uur en past 10.30 uur beter dan graag een berichtje.
De middag is volgeboekt.

Aanmelden Lia Joosen: 06-4639 2051

Fietsen op vrijdag

In het belang van ieders veiligheid is het beter dat alle deelnemers een geel hesje dragen.

Gezellig samen koffiedrinken

Locatie: de Buurtkamer in de Slotjes. Kosten: € 2,50 p.p. incl. koffie/ thee (contant betalen).

U bent elke vrijdagochtend welkom van 10.00 –11.30 uur.

Overleden KBO-leden

Dhr. A.H. Klaverdijk, Dhr. H.A.M. Hoosemans

Wij zijn blij weer nieuwe leden bij KBO Oosterhout Stad te mogen verwelkomen:

Anita Bink, Wim Buiteman, Ans Verbeucke Carla Ackermans, Ad van Steen, Julia van Vugt, Corry Molenaar, Ruud Schifferling, Riekje Leeggangers Frans van Tetering, Annie van Tetering, Annie Smans Richard Bongiovanni, Irma Bongiovanni Marinc Els Gorisse-Wildmann, Leo Willems, Chris Willems

Ook u kunt lid worden van KBO Oosterhout Stad.
Hoe? Bel dan met: 06 - 51 61 42 26 of e-mail:
kborikie@gmail.com
Bij geen gehoor: Trees Coppus bel 0162 - 470834



Nieuws en bijeenkomsten bij Theek5 Oosterhout november 2023

Wij hebben weer volop nieuws voor jullie vanuit Theek5.

Voor alle activiteiten geldt: Aanmelden via
www.theek5.nl/activiteiten of in de bibliotheek

Bijeenkomsten / Workshops

- **Leer omgaan met Mijn Amphia – workshop**
(3 nov 14.00 – 16.00 uur of 22 nov 19.00 – 21.00 uur)

Het maken van een afspraak bij het ziekenhuis; steeds vaker regel je dit via internet. En daarvoor heb je een DigiD nodig. Ook voor het gebruiken van de online omgeving **mijnAmphia** is een DigiD noodzakelijk.

Voor veel mensen is het inloggen met de DigiD een lastige klus. De meeste mensen hebben een DigiD. Maar voor velen is het werken ermee niet logisch. Bij *Amphia* worden afsprakenbrieven niet standaard meer per post verstuurd. Om patiënten te helpen bij het regelen van hun online zaken organiseren Bibliotheek Theek 5 en *Amphia* nu samen workshops in het ziekenhuis in Oosterhout.

Gratis workshop mijnAmphia

Tijdens de workshop *mijnAmphia* leer je omgaan met de digitale patiënten-omgeving van het ziekenhuis. B.v. uitslagen bekijken of je medisch dossier inzien, afspraken maken/wijzigen. Tijdens de workshop is er ook altijd ruimte voor vragen.

Deze workshops worden gegeven in het **Amphia ziekenhuis, locatie Oosterhout (Pasteurlaan 9)*.

De laptops staan klaar, maar je mag ook je eigen laptop of tablet meenemen.

Doe je mee?

Bingo woensdag 1 november 2023

Als vanouds weer in de Slotjes.

Aanvang: 14.00 uur, einde ± 16.00 uur

Leden van KBO Oosterhout Stad € 6,00
Niet leden € 8,50

De kosten zijn inclusief koffie of thee en we hebben weer mooie prijzen!

Aanmelden 23 en 24 oktober bij: W. de Jong 06-28766080

Denk aan uw lidmaatschapspasje.



Dagtocht Dickensfestijn en kerstmarkt Deventer zondag 17 december 2023

Op zondag 17 december 2023 gaan we naar Deventer waar het Dickens Festijn plaats vindt! Ruim 950 personages uit de beroemde boeken van deze Engelse schrijver komen tot leven: van Scrooge tot Oliver Twist tot Christmas Carol Singers, van weeskinderen tot kantoorklerken. Een deftige 19e-eeuwse Engelse stad van Charles Dickens, in volle glorie, herleeft in het Bergkwartier en op de historische Kerstmarkt op de Brink in de binnenstad van sprookjesachtig Deventer.

Tijdens de heenreis serveren wij koffie met een worstenbroodje en bij aankomst (rond 11:15 uur) in Deventer gaat u op eigen gelegenheid het Dickens Festijn en de kerstmarkt bezoeken.

Om 16:00 uur staat de bus weer klaar. We gaan de dag afsluiten met een zeer gevarieerd stampotten diner met ter afsluiting een heerlijk dessert!

Om 20:00 uur rijdt de bus Oosterhout weer binnen om u na een gezellige dag weer thuis te brengen.

Kosten voor deze goed verzorgde dagtocht € 49,00 p.p. voor leden KBO Oosterhout.

Dit is incl. vervoer naar Deventer, onderweg koffie met worstenbrood, onbeperkt stampottendiner, afsluitend dessert en foaien.

Aanmelden: vanaf 1 november 10.00 uur

Tel: Lia Joosen Tel: 06 46392051

Vertrektijden en opstapplaatsen:

08.00 uur	Bunthoef (parkeerstrook Lodewijk Napoleonlaan naast rest China)
08.10 uur	Hoek Slotjesveste/Tempelierstraat
08.15 uur	Voormalig politiebureau/Oldenneelln
08.20 uur	De Doelen/ Lampenpaleis
08.25 uur	Busstation Leijzenhoek
08.30 uur	Strijenstr/hoek Torenstr t.o. bushalte
08.35 uur	Pannenhoef
08.45 uur	Albert Heijn, Dommelbergenweg

Afscheid Cor Machielsen van de begeleiding van het wandelen

Nadat hij het wandelen een lange periode (23 jaar) heeft begeleid moet Cor Machielsen om gezondheidsredenen stoppen met deze activiteit.

Cor, namens het bestuur bedankt voor je jarenlange inzet. De wandelaars worden voortaan begeleid door Mieke Cornet, telefoon 06-49776656

Consultatiebureau voor ouderen

Zelfstandigheid

"Zolang mogelijk zelfstandig blijven". Dat is de wens van veel ouderen. De afgelopen decennia hebben allerlei ontwikkelingen ervoor gezorgd dat individuele keuzes voortaan mogelijk zijn. Hierdoor kunnen ouderen op een prettige manier langer zelfstandig blijven wonen, zolang er zich geen grote gezondheidsproblemen voordoen.

Inschatten van gezondheidsrisico's

Deze zelfstandigheid heeft ook consequenties. Want van zelfstandig wonende ouderen wordt verwacht dat ze de risico's op het gebied van hun gezondheid en welzijn goed kunnen inschatten. Dat kan een complex gebeuren zijn. Immers, door de hoge leeftijd is de gezondheid een kwetsbare balans. Zelfs kleine lichamelijke, psychische of sociale problemen kunnen in sommige gevallen grote gevolgen hebben. In het leven van alledag doen zich vage klachten of vragen voor. Hiervoor wordt niet meteen een afspraak gemaakt met de huisarts. Vaak gaat men er van uit dat de klachten vanzelf wel overgaan. Men neemt zich voor het eens te bespreken bij een volgende afspraak met de huisarts. Want naast de huisarts en de adviseurs van het ouderenwerk zijn er momenteel weinig andere instanties waar men zonder verwijzing naar toe kan gaan met vragen of twijfels over de eigen gezondheid. Om in deze behoefte te voorzien is de Volckaert in 2005 gestart met het Consultatiebureau voor Ouderen.

Het consult

Cliënten die zich aanmelden voor Consultatiebureau voor Ouderen ontvangen uitgebreide vragenlijsten. Deze lijsten moeten thuis zorgvuldig ingevuld worden om vervolgens mee te nemen naar het spreekuur. Een verpleegkundige, met specifieke ervaring in de ouderenzorg, ontvangt de cliënt. Het consult neemt in totaal 1 1/2 uur in beslag. Tijdens het gesprek wordt naast lichamelijke aspecten ook ingegaan op het psychisch en sociaal functioneren.

Onderzoeken

Daarna wordt naar diverse zaken gekeken, zoals o.a. bloeddruk, vetpercentage, ogen, oren, voeding- en vochtinname, medicijngebruik, slaappatroon- en bewegingspatroon, valrisico, gebruikte hulpmiddelen. Verder wordt in het gesprek gekeken of er signalen aanwezig zijn die duiden op angst-, depressie- of eenzaamheidsgevoelens. Hoe wordt de kwaliteit van het leven in deze levensfase ervaren en in hoeverre is er sprake van een zinvolle dagbesteding. Tenslotte wordt ook een hartfilm (EEG) gemaakt.

Advies

Na het spreekuur worden alle cliënten door het team van betrokken deskundigen uitvoerig besproken en wordt een advies geformuleerd. De onderzoekgegevens en het advies worden samengebracht in een brief, die zowel naar de cliënt als naar zijn/haar huisarts wordt opgestuurd.

Aanmelding

Het spreekuur van het Consultatiebureau voor Ouderen wordt gehouden in de Volckaert locatie Oosterhout. Mensen die tot de doelgroep behoren en zich willen aanmelden voor het consultatiebureau kunnen van maandag t/m vrijdag telefonisch contact opnemen met het medisch secretariaat van de Volckaert tel. 0162-424600. Er wordt dan meteen een afspraak gemaakt.

Kosteloos

Aan deelname aan het consultatiebureau zijn GEEN kosten verbonden.

Bereikbaarheid

De Volckaert locatie Oosterhout Buurstede 15 te Oosterhout.

WEKELIJKSE ACTIVITEITEN

ZUMBA DANSEN OP CARIBISCHE MUZIEK

Maandagochtend om 9 of 10 uur
Info: Sija van Geijn tel. 0162 – 451609
De Bunthoef, Bloemenhof 2, Oosterhout.

WANDELEN

Dinsdagmiddag vertrek 13.30 uur
o.l.v. Mieke Cornet tel. 06 - 49776656
Vanaf **Museum Oud Oosterhout** aan de Bredaseweg.

BEWEGEN VOOR 50 +ers

Donderdagmorgen van 10.00 – 11.00 uur o.l.v.
Annie van Baal, tel. 0162 -743624
De Slotjes, Slotjesveld 15 Oosterhout.

RIKKEN

Donderdagmiddag om 13.30 uur
Info, Dini Verschuere tel. 0162 – 432911
De Slotjes, Slotjesveld 15, Oosterhout.

FIETSEN

Vrijdagmiddag vertrek 13.30 uur
o.l.v. Jos van Ginneken, tel. 06-51614226
St. Antoniuskerk, St. Vincentiusstr. 113A, Oosterhout.

TEKEN- EN SCHILDERSGROEP

Maandag- en donderdagmiddag
Van 13.00 tot 15.45 uur.
Info H. van Meer, tel. 0162-456982
H19, Heuvel 19, Oosterhout.

KOOR: THE OLD STARS VAN KBO OOSTERHOUT STAD

Woensdag om 13.30 uur repetitie.
Info: Nico Bekers 0162 432403
Arendshof 208, in overdekt winkelcentrum, Oosterhout.

JEU DE BOULES

Elke eerste en derde maandag van de maand
Van 14.00 tot 15.30 uur.
Info: Jan van Gils tel. 0162-454 434
De jeu-de-boules-banen zijn aan de Bredaseweg 119 in Oosterhout.

COGNITIEVE TRAININGEN

Maandag en vrijdagochtend van 11.30 tot 12.30 uur
Info: Lia Joosen tel. 06-46392051
De Slotjes Slotjesveld 15 Oosterhout

KENNISGEVING VAN ZIEKTE

Graag doorgeven aan Trees Coppus, tel. 0162 – 470834.

MEDISCHE KEURING RIJBEWIJS

Adres met belangrijk lagere keuringskosten (€ 43,-) voor de verlenging van uw rijbewijs.
Mevrouw Hoogmoed, Ulvenhout. tel. 076 – 5612888

COLOFON BESTUUR:

Voorzitter: Rien Joosen	06 - 54685456
Secretaris: Willem Nuijten	0162 - 459169
2e secretaris: Sija van Geijn - de Vos	0162 - 451609
Penningmeester: Jos Hendriks	06 - 57155261
2° penningmeester: Erik van Agtmaal	0162 - 431693
Algemene Zaken: Dré van de Wouw	0162 - 429251
Coördinator Activiteiten: Rikie v. Ginneken	06 - 51614226
Rek. Nr. KBO Oosterhout Stad	NL97RABO 0123 7065 80
Reizen en activiteiten: Lia Joosen	06 – 46392051
Rekeningnr .KBO Reizen	NL07RABO 0304 1588 52
Ledenadministratie: Erik van Agtmaal	0162- 43169
Sociale aangelegenheden: Mariëtte van Tilburg	0162 - 421852
Redactie Nieuwsbrief:	
Sija van Geijn	0162 - 451609
Elly Winkelman	0162 - 464501
Dré van de Wouw	0162 - 429251
Willem Nuijten	0162 - 459169
Postadres: KBO Hamerbijl 40 4906 LJ Oosterhout	
www.kbo-oosterhoutstad.nl Afdelingsnieuws, foto's van onze activiteiten en links naar voor u belangrijke sites.	