



INFO

Nr. 3 2017

mrt/apr 4 pagina's + 2 bijlagen

kbo stiphout/warande

secretariaat: Dorpsstraat 24e 5708 GH Helmond

telefoon: (0492) 516018

e-mail: kbostiphout@gmail.com

website: www.kbo-stiphoutwarande.nl

bank IBAN: NL 98 RABO 0149 6956 75

NIEUWE LEDEN



Wij verwelkomen de volgende nieuwe leden binnen onze afdeling:

Mevr. I. Janssens-Raimond, Janssenstraat 27

Mevr. A. van der Kruijssen-Bekker,
Janssenstraat 22

Mevr. M. van Berkel-Jansen,

Van Duijnhovenstraat 10

Mevr. M. van den Heuvel-Driessen

Dorpsstraat 29j

OVERLEDEN



Mevr. E. van Duppen-van Mierlo,

Ameidepark 314

Dhr. F. Hamilton, Stilpot 118

Mevr. I. Hermans, Torenstraat 53

Dhr. C. van de Kimmenade, Aphonsus

Hoofdstraat 176

Wij condoleren familie, vrienden en bekenden met het verlies van hun dierbare en wensen de nabestaanden veel sterkte toe.

AGENDA



Voor de maand maart 2017

- Koffiemorgen woensdag 1 maart om 10:30 uur in "De Keyser"
- Leeskring 1, maandagmiddag 6 maart om 14:00 uur in café De Sport in de Dorpsstraat.
- Leeskring 2, dinsdag 7 maart om 14:00 uur ook in café "De Sport" in de Dorpsstraat
- Lezing kunstgeschiedenis in café "De Sport" op woensdagmiddag 8 maart om 14:00 uur en woensdagavond 8 maart om 20:00 uur in café "De Sport" in de Dorpsstraat
- Algemene ledenvergadering op dinsdag 21 maart om 14:00 uur in Zalencentrum "De Smed" a/d Dorpsstraat
- OOW lezing op maandag 27 maart om 14:00 uur in Zalencentrum "De Smed".
Onderwerp: (brand)veiligheid in/om het huis.
- Excursie naar het DAF museum te Eindhoven op vrijdag 31 maart

Voor de maand april 2017

- Koffiemorgen woensdag 5 april om 10:30 uur in "De Keyser"
- Leeskring 1, maandagmiddag 3 april om 14:00 uur in café "De Sport" in de Dorpsstraat
- Leeskring 2, dinsdag 4 april om 14:00 uur ook in café "De Sport" in de Dorpsstraat
- Lezing kunstgeschiedenis in café "De Sport" op woensdagmiddag 5 april om 14:00 uur en woensdagavond 5 april om 20:00 uur in café "De Sport" in de Dorpsstraat

VASTE AKTIVITEITEN

In "De Ark"

- Kienen, dinsdagmiddag 14 maart resp. 11 april om 14:00 uur
- Wandelen. Elke dinsdagochtend om 9:30 uur
Vertrek bij de poort van "De Ark"
De wandeling duurt ongeveer 1 uur

In zalencentrum "De Smed"

- Biljarten elke woensdagmorgen om 9:30 uur
Gym elke woensdagmorgen om 10:30 uur

In het "Fanfaregebouw"

- Tai Chi iedere maandag- en vrijdagmorgen om 9:30 uur en elke donderdagmiddag om 13:30 uur

JAARBOEKJE KBO-STIPHOUT/WARANDE



Bij deze INFO treft u ons Jaarboekje 2017 aan.

Raadpleeg tevens de maandelijkse INFO voor actuele wijzigingen en/of aanpassingen van o.m. het activiteiten programma.

INSCHRIJVEN EXCURSIE DAF MUSEUM



Wij nodigen u uit om op vrijdagmiddag 31 maart een bezoek te brengen aan het bijzonder mooie en interessante DAFmuseum in Eindhoven

De geschiedenis van DAF gaat terug tot 1928, toen de broers Hub en Wim van Doorne de basis legden voor wat vandaag de dag DAF Trucks is. Wat begon als een kleine machinefa-

briek en smederij ontwikkelde zich tot de snelst groeiende truckproducent van Europa. In het museum zijn alle voertuigen te zien uit de rijke DAF-historie. Behalve trucks produceerde DAF ook veel legervoertuigen en, niet te vergeten, ook enkele series personenauto's. Hebt u interesse om deel te nemen, dan kunt u op het toegevoegde inschrijfformulier alle details lezen over kosten en wijze van betalen, vervoersopties heen en terug, en programmering. U kunt daarop ook lezen dat het museum toegankelijk is voor rolstoelers.

Bij deelname het inschrijf formulier inleveren vóór woensdag 22 maart 2017

ALGEMENE LEDENVERGADERING

Algemene Ledenvergadering



Onze jaarlijkse algemene ledenvergadering wordt gehouden op dinsdagmiddag 21 maart in Zalencentrum "De Smed" a/d

Dorpsstraat.

Aanvang 14:00 uur, zaal open om 13:30 uur.

De agenda:

1. Opening van de vergadering
2. Notulen van de algemene ledenvergadering van woensdag 30 maart 2016.
De notulen en het jaarverslag zullen beknopt worden behandeld.
De verslagen kunnen op aanvraag per e-mail worden toegestuurd.
Indien u geen computer hebt kunt u na overleg deze komen ophalen bij het secretariaat, Dorpsstraat 24e, tel. 516018.
3. Behandeling jaarverslag 2016.
4. Presentatie van het financieel verslag door de penningmeester.
De balans en begroting worden schriftelijk beschikbaar gesteld.
5. Verslag van de kascommissie, aansluitend verkiezing kascommissie 2017/2018
6. Bestuurlijke zaken.
Verkiezing nieuwe voorzitter.
Aftredend en herkiesbaar is mevr. Annette Kuypers (penningmeester).
Aftredend en niet herkiesbaar zijn, Joost van Mourik en Frans Venmans.
Laatste zal voor het bestuur wel hand- en spandiensten blijven verrichten tot een opvolg(st)er is gevonden.
7. Uitreiking van de biljartprijs.
8. Mededelingen door de voorzitter.
9. Sluiting

Na afloop van de vergadering zullen de heren Theo van de Ven en Piet Dekkers een lezing verzorgen over hun reis naar Ghana. Zij zullen dit doen aan de hand van enkele dia's

en een stukje film van de projecten die zij in Ghana opzetten.

Ghana, officieel de republiek Ghana, is een land aan de westkust van Afrika. Het grenst westelijk aan Ivoorkust, noordelijk aan Burkina Faso en zuidelijk aan de Golf van Guinea.

De hoofdstad van Ghana is Accra.

Ghana heeft op dit moment meer dan 26 miljoen inwoners.

Ook vertellen zij over het ontstaan van M.O.V. (Missie Ontwikkeling en Vrede) in Stiphout. Het M.O.V. is overigens niet alleen in Ghana actief maar ook in Tanzania en Kenia.

OOW LEZING (BRAND)VEILIGHEID



Op maandag 27 maart wordt door ons projectteam OOW (Onbezorgd Ouder Worden) een lezing georganiseerd over (brand)veiligheid in en om het huis.

De lezing wordt gehouden in zalencentrum "De Smed" a/d Dorpsstraat. Aanvang 14:00 uur. Zaal open 13:30 uur. Deze lezing is voor iedereen toegankelijk.

VRIJWILLIGERS TERMINALE ZORG



De LEVgoep zoekt vrijwilligers voor de uitbreiding van haar team "terminale zorg"

De Stichting LEVgroep (Leven en Verbinden) in Helmond is een organisatie voor Welzijn en Zorg.

Zij bieden informatie, advies, begeleiding en ondersteuning aan mensen met vragen op maatschappelijk, psychosociaal en welzijnsgebied. Zij werken samen met de gemeenten Asten, Deurne, Gemert-Bakel, Geldrop-Mierlo en Someren.

De vrijwillige Terminale Zorg heeft een pool van deskundige vrijwilligers op wie op korte termijn een beroep kan worden gedaan.

Om het team te versterken worden meerdere vrijwilligers gevraagd.

De Stichting maakt graag een afspraak met u over de wensen en mogelijkheden.

Bij interesse volgt een introductie cursus waarna besproken wordt of u gaat starten als vrijwilliger. De LEV-groep biedt u als vrijwilliger:

- Begeleiding en ondersteuning
- Cursussen
- Vrijwilligersbijeenkomsten
- Reiskostenvergoeding
- Jaarlijks vrijwilligersfeest
- Aandacht voor verjaardagen en jubilea
- Heel veel voldoening

Bij belangstelling kunt u contact opnemen met de LEVgroep

Adres: Penningstraat 55, 5701 MZ Helmond

Tel. 0492 598989

E-mail: info@levgroep.nl

LEZING ONBEZORGD OUDER WORDEN



Jongstleden 1 februari was er weer een bijeenkomst in "De Smed" georganiseerd in het kader van Onbezorgd Ouder Worden.

Onderwerp: voedingsadviezen.

Eenieder kreeg bij binnenkomst twee bonnetjes aangereikt voor koffie of thee; één voor de aanvang en één voor de pauze.

De dames Claudia Pelzers en Natalie Drauwer beginnen om 2 uur met een interessante lezing over de voedselproblematiek. Een 50-tal aanwezigen krijgt aan de hand van de schijf van vijf adviezen over wat voor 50 plussers goed of slecht zal zijn.

Wat mij is bijgebleven over wat goed zou zijn: o.a. veel drinken, matig met suiker en zout, vezelrijke producten gebruiken en oppassen met rood vlees.

Bij de maaltijd rood vlees minstens een maal per week afwisselen met kip of vette vis. In het algemeen vezelrijke producten gebruiken, zoals bruin brood, (je zult het maar niet lusten), veel groente, magere melk, yoghurt en kwark.

Dan wordt er gepauzeerd en brandt er een luid geroezemoes los tussen de verschillende mensen aan de tafeltjes, die elkaar weer van alles te vertellen hebben. Ook de beide dames worden met vragen bestookt, maar het keuvelen voert toch de boventoon.

Na de pauze wordt verder op het onderwerp voeding ingegaan en komen de vragen los, waar de dames direct mee aan de slag gaan.

Bovendien wordt er meegedeeld, dat er een onderzoek zal starten onder de inwoners van Stiphout-Waranda, waarvoor kandidaten gezocht worden.

Dit onderzoek houdt in dat de lichaamssamenstelling wordt gemeten met een apparaat, om de conditie te bekijken. Men meet de vetmassa en de vetvrijemassa.

Er blijkt veel belangstelling te bestaan en een groot aantal aanwezigen zet zijn naam op de lijst.

De dames zeggen toe dat ze de geïnteresseerden zullen benaderen voor een afspraak. Math dankt de beide dames voor de voor de heldere uiteenzetting met een flesje en bedankt de aanwezigen voor hun komst.

Dit was opnieuw een leerzame bijeenkomst.

We wijzen U er bovendien op dat de volgende O.O.W. bijeenkomst plaats heeft op 27 maart a.s. met als onderwerp veiligheid.

Joost van Mourik.

NIEUWS VAN KBO-KRING HELMOND

KBO Kring Helmond
Belangenorganisatie van senioren



In deze maandelijkse rubriek wil het bestuur van KBO-Kring Helmond u informeren over allerlei zaken die spelen "boven" de afdelingen en die voor u van belang of interessant zouden kunnen zijn.

Opmerkingen en/of suggesties zijn welkom via het secretariaat van de kring:

info.kbokringhelmond@kpnmail.nl

1. Cubigo (Ons Platform KBO)



Steeds meer Helmonders weten Cubigo te vinden en te waarderen. Ook de ontwikkeling binnen Cubigo staat niet stil.

Zo zijn er nieuwe cubes bijgekomen zoals een "Communicatieschrift" en "Mijn metingen".

De cube "Producten en diensten" is fors uitgebreid en ook de spelletjes werken weer op de Android tablet.

Als u zelf Cubigo wilt proberen ga dan naar www.Cubigo.com of ga naar www.kbo-brabant.nl en klik op Ons platform.

Diverse afdelingen verzorgen ook workshops over Cubigo.

2. Uit de nieuwsbrief van KBO-Brabant

KBO-Brabant



Uit meerdere onderzoeken blijkt dat wandelen gezond is voor verscheidene functies

Als je voldoende beweegt leef je langer en loop je minder risico om te overlijden aan hart- en vaatziekten of aan andere chronische aandoeningen. Hierbij wat voorbeelden:

- Het is goed voor je gemoedstoestand
- De kans op hartklachten neemt af
- Het verlaagt je bloeddruk
- Verbetert je cholesterol
- Je blijft beter op gewicht
- Het bestrijdt osteoporose (botontkalking)
- De kans op kanker en diabetes neemt af
- Je blijft flexibel en traint je evenwicht

Gelukkig kun je bij verschillende KBO-afdelingen wekelijks aan de wandel.

U kunt het hele artikel lezen door naar de volgende site te gaan:

www.krachtblog.nl/de-kracht-van-wandelen

3. VBOH



Om de privacy van haar vrijwilligers te beschermen heeft het bestuur van het VBOH besloten om voortaan één adres te gebruiken voor alle verzoeken

Het VBOH is vanaf heden alleen via onderstaand adres te benaderen. Dit geldt ook voor belastinginvullers, VOA's en cliëntondersteuners
E-mailadres info@vboh.nl
Tel-nr: 0492-792392
Webpagina: www.vboh.nl

4. De 50 Plus lifestyle Beurs



Op 24, 25 en 26 maart wordt de jaarlijkse 50 plus Lifestyle beurs weer georganiseerd.

De openingstijden zijn van 10:30 tot 17:00 uur. De beurs vindt dit jaar plaats in het oude Destil bedrijfspand aan de Engelseweg 149. Natuurlijk is KBO-Kring Helmond wederom met een flinke stand op de beurs aanwezig. Komt u ook even binnenwippen? Met uw KBO-pas betaalt u slechts € 3,50 i.p.v. € 6,00.

5. Compensatieregeling voor pgb-houders

PGB *Zoals bekend, is bij de veranderingen in het persoonsgebonden budget (pgb) het één en ander misgegaan.*

Toen de Sociale Verzekeringsbank in 2015 de uitbetalingen overnam, was het systeem nog niet op orde. Budgethouders (mensen die zorg nodig hebben) en hun zorgverleners hebben daar veel last van gehad. Voor mensen die extra kosten hebben moeten maken, en dus financieel nadeel hebben ondervonden, heeft het ministerie nu een compensatieregeling opgezet. Op de website www.compenstatieregelingpgb.nl kunt u er meer over lezen. Als u budgethouder bent of pgb-zorgverlener en u hebt extra kosten gemaakt als gevolg van minimaal één te late betaling door de SVB in 2015 dan kunt u misschien in aanmerking komen voor deze compensatie. U moet dan wel aan een aantal voorwaarden voldoen. De website heeft daarvoor een test. U kunt een aanvraag indienen tussen 1 maart 2017 en 31 mei 2017.

6. Hobby Crea Weekend

Hobby Crea Weekend *Op zaterdag 25 en zondag 26 maart vindt het Hobby en Crea Weekend plaats in "De Bress" in Breda.*

Het gezelligste hobbyfestival in de regio! Kijk voor meer informatie op www.hobbycreaweekend.nl. De laatste trends, producten, technieken, toepassingen, workshops en demonstraties, je vindt het allemaal tijdens het Hobby Crea Weekend!

KBO-Brabant leden betalen op vertoon van hun ledenpas slechts € 5,00 (i.p.v. € 8,00) entree .

+++++

Opzeggen lidmaatschap

U kunt uw lidmaatschap opzeggen door contact op te nemen met ons secretariaat: KBO Stiphout p/a Dorpsstraat 24e
telefoon 0492-516018 of per e-mail: kbostiphout@gmail.com