Nieuwsbrief KBO Heesch. Uitgave 15 januari 2021. nummer 16

KBO - Heesch

KBO Heesch Belangenvereniging voor senioren

Blijf op de hoogte.....

Van de bestuurstafel.....

Ook genoten van de voetbalwedstrijd Ajax-PSV? Ik wel. Eindelijk weer eens een stuk spanning op de wedstrijd. Tot het laatst kon het echt alle kanten op. De uitslag deed wel recht aan de verhoudingen in de wedstrijd. Ajax was na de goals van PSV wel gewoon beter. Dat was duidelijk. Als PSV-er zat ik tot het laatst in de zenuwen….het zou toch niet gebeuren dat…..

Wel fijn weer eens een stuk gezonde spanning mee te maken. Het geeft weer energie, mentaal kom je weer in een positieve staat. Corona gedurende een lange periode ontwijken lukt vooralsnog wel, maar het is wel saai, zo blijkt. Dan komt zo'n happening als geroepen.

Moet je telkens zo'n evenement meemaken om weer in een positieve en energieke staat te komen? Misschien niet. Las een stukje over Erik Scherder naar aanleiding van zijn opvattingen over de noodzaak voor mensen dagelijks te bewegen. Dat hoeven dan geen duurlopen te zijn. Nee, het blijkt voldoende om dagelijks te gaan wandelen. Kun je met z'n tweeën. Wel minimaal 20 minuten omdat je dan de meeste effecten merkt voor je lichamelijke en geestelijke gezondheid. Iedereen merkt dat je na een wandeling productiever en positiever in het leven staat.

Heb je een smartphone? Kijk eens naar de Ommetje-app en probeer die een tijdje uit. Het kan een enorme stimulans zijn om je dagelijkse beweging vol te blijven houden. Je krijgt ook na iedere wandeling van de wetenschapper Erik Scherder tips en adviezen over een gezonde op beweging gerichte levensstijl.

Ben er zelf ook mee begonnen. Kijk eens of het wat voor je is. Zijn we ook mentaal gewapend tegen de eentonigheid van deze barre Corona tijd.

Succes!
Ton de Wit

KBO Heesch verlaagt contributie eenmalig

Allereerst wil het bestuur onze leden en hun familie en vrienden een gezond, gelukkig en actief 2021 toewensen. Voor dit jaar hebben we veel goede voornemens om weer actief aan de slag te gaan. Maar Corona houdt ons nog tegen om de “normale” activiteiten weer aan te vangen.

In 2020 zijn bijna alle activiteiten niet doorgegaan en hebben onze leden ook niet de mogelijkheid gehad om elkaar te ontmoeten. Dat is voor veel leden een teleurstelling geweest. Toch hebben we op een andere manier contact met elkaar gezocht en ook gevonden. De website is vernieuwd en wordt meer bezocht dan voorheen. Er is een nieuwsbrief uitgekomen, die iedere 2 weken bezorgd wordt op je e-mailadres. We zijn ook lid van facebook, dat ook door steeds meer mensen wordt bezocht. Onze INFO, ons verenigingsblad, is enkele keren niet uitgebracht. Maar in 2021 hebben we helaas in januari ook geen versie kunnen uitbrengen.

Het bestuur heeft toch de plannen voor 2021 opgesteld. Onze penningmeester heeft de balans van 2020 opgemaakt. Dit alles bij elkaar heeft het bestuur er toe gebracht om de hoogte van de contributie opnieuw vast te stellen. Jaarlijks betalen onze leden 24 euro. Daarvan wordt circa 12 euro afgedragen aan KBO Brabant. De andere 12 euro worden door het bestuur besteed aan onze activiteiten. Uit de balans van 2020 blijkt dat we, door de verminderde activiteiten, ook minder hebben uitgegeven. Voor 2021 is het nog niet exact aan te geven of en wanneer we weer van start kunnen gaan. Daarom is besloten de leden een éénmalige korting te verlenen van 5 euro op de contributie van 2021. De contributie zal eind januari door de penningmeester worden geïnd.

Het bestuur van KBO Heesch.

KBO Heesch Belangenvereniging voor senioren

Het uitbrengen van de INFO

Deze week heeft de regering besloten de maatregelen, die gelden in verband met de corona epidemie, opnieuw te verlengen en zelfs uit te breiden. Dat betekent voor ons dat we voorlopig niet onze activiteiten kunnen opstarten.

Dat vinden wij teleurstellend.

Eind december hebben we besloten om de INFO voor januari 2021 niet uit te brengen.Na een rondvraag bij vele leden, bij de bezorgers van de INFO, verschillende kartrekkers en uiteraard bij het bestuur, hebben we besloten ook **de INFO van februari 2021 niet uit te brengen.**

Is er een alternatief?

Wij weten dat veel leden er iedere maand naar uitzien om de INFO en ook de ONS te ontvangen.

Als alternatief willen we de komende tijd extra nieuwsbrieven uitbrengen. Dat gaan we voorlopig iedere twee weken doen. We bereiken daarmee zo'n 900 leden.
Ook plaatsen we regelmatig berichten op ons Facebook account. Zie daarvoor: https://www.facebook.com/kboheesch5 Circa 300 leden ontvangen van Facebook berichten.
Ten slotte plaatsen we bijna dagelijks berichten op onze website. Zie daarvoor https://www.kbo-heesch.nl/

Zonder nieuws hebben wij ook niets te bieden.

Dus als u interessante verhalen hebt, die wij in onze nieuwsbrief of op onze website kunnen plaatsen, schroom dan niet om ons daarover te informeren.
Ook de kartrekkers nodigen wij uit om contact met ons op te nemen, als je nieuws hebt over de werkgroep of over de actieve leden.
We zijn van plan dit nieuws te verwerken in onze nieuwsbrief en zo nodig te plaatsen op de website.
Zendt je nieuws dan door via: https://www.kbo-heesch.nl/inzenden-kopij-of-nieuws/

Dit kan ook via email: communicatie@kboheesch.nl
Hartelijk dank!

Wij wensen jullie een goede gezondheid toe.
Met vriendelijke groet,
Mart Jenneskens
bestuurslid communicatie KBO Heesch
telefoon: 06 81 93 45 09
communicatie@kboheesch.nl

Zend hier kopij voor de nieuwsbrief of INFO in.

Klik hier voor het ontvangen van de nieuwsbrief

Harde lockdown verlengd

De strenge lockdown in Nederland is dinsdagavond met drie weken verlengd tot en met 9 februari.
Thuis en buiten
Blijf zoveel mogelijk thuis. Verlaat alleen het huis als dat noodzakelijk is, bijvoorbeeld om boodschappen te doen, de hond uit te laten of een frisse neus te halen. Werk indien mogelijk vanuit huis.
Mensen moeten thuisblijven bij klachten, ook als ze nog wachten op de uitslag van een coronatest. Bij een positieve uitslag blijft het hele huishouden thuis.
Ontvang thuis alleen gasten als dat noodzakelijk is. Als je bezoek ontvangt, beperk dit dan tot maximaal twee gasten per dag.
Buiten mag je met maximaal twee mensen op straat lopen, maar je moet wel 1,5 meter afstand van elkaar houden. Voor huishoudens geldt een uitzondering.

Lees het volledige artikel

De Rooie Tesneuzik 10 jaar

U allen bent reeds enige tijd op de hoogte dat vanwege de corona pandemie dit jaar helaas geen carnaval is.

Voor de liefhebbers van de Rooie Tèsneuzik, kunt u een aantal van de mooie stukjes van de afgelopen tien jaar terug zien.

Ook kunt u kiezen welke het meeste gewaardeerd worden.

Lees het volledige artikel

De digitale Krulkrant 2021

Bent u nieuwsgierig, kijk snel op de website van de Krulkrant.

De tekst op de home page van de Krulkrant

Beste Krullendonkers,
Welkom op deze Krulkrant website! Helaas: dit jaar wachten we niet met smart voor de brievenbus tot de Krulkrant op de mat valt. Er is geen papieren editie om doorheen te bladeren. Carnaval 2021 ziet er voor iedereen anders uit.

Omdat we als redactie Carnaval 2021 niet zomaar voorbij kunnen laten gaan, hebben we samen met Stichting Carnavalsviering Heesch deze website gelanceerd. Op deze manier proberen we het Carnavalsgevoel dat in ons borrelt een klein beetje te voeden en zo toch een Carnavaleske sfeer in Krullendonk te krijgen.

Lees het volledige artikel

Ouw fotoos kijken

Toen ut in de week vur Korstmis kooi weer waar, zek uit verveling mar us unne kier ouw fotoos zitten kijken.
Ik he die twie boeken Efkes Achterum Kijke en Wir Efkes Um Kijke mar us uit de kaast gevat.
In die boeken stoan allerhand fotoos over Hisch van vruger. Mar voral veul fotoos van de huishouwes uit diejen ted. Groete huishouwes voral. Ut moet un hiel bezwei gewist zen um al da volk in dur zondags dingen in ut gelid te krijgen. Volgens men hen zu dur nie veul plezier oan beleefd, want zu kijken aollemoal nogal zoer. En as zo'n huishouwen toevallig un non of unne poater gevuud ha, dan zaat die pontificaal tussen de ouwlui in. Ok fotoos van ouw boerderijen stoan un nogal wa in. Gu zult ur in ut Hisch van vandaag wennig of gin mir terugveinen. Ur is in al die joaren nie veul van overgebleven. Mensen van toen zon nou in dur eigen durrup verdoalen.

Ut bleef mar regenen en toen zek mar oan ons eigen fotoos begonnen. Nou doar hen wellie dur wel un kwakse van. Veul fotoos toen ons jong nog klen waren, ok ploatjes van de vakanties. Nie um te zwetsen, mar wellie gingen vruger al elk joar noar ut buitenland. En zoe kwaam ik uiteindeluk ok terecht be un album van mennen jongen ted. Ik zaat gruts te kijken noar un poar fotoos van toen ik in dienst waar. Ien van ons jongens keek over menne schouwer mee. Ik zin, kek jongen, doar stoa ik nog us jong op. Zi dieje labus, voader as ge jong op de foto stoat, dan is die foto wel hiel erg oud. Doar kos ik ut mi doen.

Houwdoe Hasje

De meest gegoogelde zoekwoorden van 2020

Google weet precies wat Nederlanders bezighoudt. De internetgigant maakt de tien meest gegoogelde woorden van het jaar 2020 bekend.
Het zal u misschien niet verbazen, maar vooral zoektermen rondom het coronavirus zijn vaak gebruikt. In Nederland waren dit de populairste zoekwoorden van het jaar:
1 Coronavirus
2 RIVM
3 Verkiezingen Amerika
4 Coronavirus Nederland
5 Snappet
6 Kobe Bryant
7 Fred van Leer
8 iPhone 12
9 Corona Dashboard
10 Joe Biden

Klik verder

EFFE OPGEWEKT

Efee wil het even over een andere **boeg** gooien. Januari 2021 beginnen met wat opgewekte berichten. Om te beginnen wat “belangrijke” zaken. Dat wat saaie opgesloten leven brengt ons soms berichten waar we normaliter niet aan zouden denken. Wat te denken van:
Die pitten die zich in de avocado’s hadden genesteld. Verkeerd eruit punniken en je moet naar de dokter voor een reparatie. Dan die kersenpit die soms vergeten is uit de kers te halen en toch in een potje zit opgesloten terwijl het etiket aangeeft “pitloze kersen”. De tandarts heeft weer een patiënt voor een kiezenopbouw. Of bv liggend onder de auto voor een herstel , blijkt ie olie te lekken, net boven je van verbazing geopende mond. Verdunner helpt niet , maar het bleek een goed merk olie dus de afvoer gaf geen problemen. En nu maar hopen dat Pasen geen chocolade eieren gaat opleveren met ijzervijlsel voor de stevigheid. Die tandarts van zo-even staat dan bij de deur met de kreet. “ Ha daar bent u weer , na de kersenpit nu het ijzer tussen en in de tanden”. Gelukkig kost het niet Uw eigen bijdrage. Maar wel U mooie gebit.

Nou dan die andere **boeg**. Het vaccin komt eraan … als U dit leest hebben de eerste inentingen al plaatsgevonden. En kunnen we vaststellen hoeveel verzorgenden het vaccin hebben geaccepteerd. Hopelijk een hoog percentage. (het woord vaccin had de krant nog niet gehaald of er waren alweer luiden die kreten , dat kunt u nou wel denken maar aan mijn lijf geen polonaise laat staan een spuit). Nou nog even die tenten opzetten , spuiters verzamelen, regelen dat we kunnen aantonen dat we de spuiten in ons lichaam hebben gekregen, en we kunnen misschien de toekomst weer opgewekt tegemoet zien. Kunnen we weer een terrasje gaan bevolken. Thuis konden we voor de prijs van 1 kopje koffie bijna de hele visite van koffie voorzien. Maar het gaat om het gevoel.

Stel dat we het virus middels die vaccins kunnen uitbannen, dan kunnen we weer reizen. Naar de Himalaya is een mooi doel… de Mount Everest op … maar pas op … deze berg blijkt 86 cm hoger te zijn dan tot heden werd aangenomen. Hetgeen betekent dat u een extra stap moet nemen alvorens die 8848,86 meter te bereiken. U kunt het ook dichterbij zoeken. Ga naar die kroegbaas die zijn café IKEA had genoemd. Hij hoopte dat het, legaal, storm zou lopen. We gaan 2021 voorzichtig en hoopvol beleven. Nog effe volhouden. Mijn beste wensen voor U allen en **efee** hoopt u terug te zien in goede gezondheid op het terras , op de fiets of in de Pas.

Overpeinzingen
=de kortste afstand tussen twee mensen is een glimlach. De mondkapjes maken zelfs dat niet meer mogelijk, maar wie weet kunnen die dingen binnenkort in de la bij andere hulpmiddelen van vroeger.
= “Dressing is a way of life” zei de man aan het strand van Copacabana , staande in zijn string en trekkend aan het touwtje, dat de twee lapjes bij elkaar moest houden.

en tenslotte
Er werd veel gepraat op TV over maatregelen die te langzaam werden genomen. Het gaat toch weer even over COVID-19 . Misschien gaat de volgende gedachte toch weer een beetje over ons volk. Over onze benaderingen. ALS ER EEN RAMP OVER DE MENSHEID ZOU NEERDALEN DAN KUN JE HET BESTE NAAR NEDERLAND VERHUIZEN , DAAR GEBEURT ALLES JAREN LATER.
Nou één grappig bedoeld mopje….. gejat van Dolf Jansen.
Wilt U Uw IQ, intelligentie Quotiënt, vaststellen. Doe het als volgt: trek van het getal 150 het aantal WC -rollen af, dat u in 2020 hebt gehamsterd. Over het getal dat U hebt gevonden: 130 is erg hoog in de bol…. 100 gemiddeld… en 60 geeft te denken.

Efee

Een nieuwe website voor senioren

De leukste site voor senioren

- Interessante onderwerpen
- boeiende leerquizzen
- leuke puzzels

60PlusPlaza is een unieke site waar je iedere dag weer met plezier naar toe kunt gaan. Puzzels en honderden cursussen over onderwerpen die ouderen raken; gezondheid, cultuur, omgaan met computers, tablets en smartphones, reizen, maar ook tips over wat te doen als je met pensioen gaat. En de site biedt talrijke zogenaamde leerquizzen met interessante onderwerpen bijvoorbeeld uit onze jeugd.
Daarnaast is er belangrijke informatie over onderwerpen als geld, omgaan met ziekten, helpen, enz.
KBO Heesch heeft afspraken gemaakt met 60plusplaza over het plaatsen van interessante artikelen van hun website op onze website. Regelmatig zullen wij jullie hierop attenderen via niewsberichten en de nieuwsbrief.

Lees het volledige artikel

KBO Helpdesk over Sociale media

SENIORWEB
Helpdesk KBO Heesch

Bij veel van ons is whatsapp volop in gebruik. Gezien het aantal "vrienden" van de facebook pagina "KBO Heesch" facebook.com/seniorenkboheesch, beginnen steeds meer senioren ook facebook te ontdekken.

Op youtube kunt u vanaf afgelopen jaar **de eucharistie**, van de parochie, digitaal bijwonen. **De rooie Tesneuzik** presenteert via youtube op 16 januari, de beste 10 stukjes van de afgelopen 10 jaar. Ook kunt u tal van leuke filmpjes op youtube bekijken.

De afgelopen periode is twitter, vanwege de escapades van president Ronald Trump ook een bekend woord geworden. Maar wat houdt dit in en wat kan je ermee?
Op Seniorweb kunt u lezen welke sociale media er allemaal is, bent u nieuwsgierig, klik hieronder verder . . .

Lees het volledige artikel

Biljarten op Ziggo sport

Voor de biljartliefhebber valt er voorlopig helaas weinig te biljarten, alle biljartlokaties dus ook de Pas, blijven voorlopig nog gesloten. De liefhebbers kunnen binnenkort wel genieten van maar liefst drie dagen biljarten op Ziggo sport.

NISTELRODE – De Duke Challenge, het internationale driebanden toernooi met zestien Europese topspelers met Jumbo als hoofdsponsor, heeft de planning voor de eerste twee dagen van de knock-out bekendgemaakt. De bekende wedstrijdleider, Henny Wezenbeek, geeft het officiële startsein op woensdag 20 januari om 10.00 uur. Op die eerste dag worden zes partijen gespeeld met een gepland tijdschema van vijf kwartier per wedstrijd. De twee resterende partijen van het schema volgen donderdag 21 januari vanaf 10.00 uur.

De Italiaanse routinier Marco Zanetti, onder meer tweevoudige wereldkampioen, opent het schema tegen de jonge Spanjaard Antonio Montes, voormalig Europees juniorenkampioen op Nederlandse bodem. De Duitser Martin Horn komt daarna in de Duke arena voor de tweede wedstrijd tegen de streekfavoriet Jean van Erp.

Lees het volledige artikel

Kasteel Heeswijk virtueel bezoek

Met de huidige corona regels kunt u voorlopig geen bezoek brengen aan onder andere musea. Kasteel Heeswijk is één van de locaties die nu even niet te bezichtigen zijn. Wist u dat dit wel virtueel kunt via de website kasteelheeswijk.nl

In het Kasteel vind je verschillende soorten kunst met oneindig veel stijlen. Welke stijl spreekt jou het meest aan? Ontdek het Kasteel en jouw smaak via de virtuele tour.

Open de virtuele tour

Lees het volledige artikel

Wanneer aan de beurt vaccineren?

NRC biedt een korte test aan waarmee u kunt nagaan wanneer u aan de beurt bent voor vaccinatie tegen corona.

Wanneer kan ik mij laten vaccineren?

Sinds woensdag is ook in Nederland het vaccineren van start gegaan, maar er zijn niet direct genoeg coronavaccins voor iedereen.

Kom er hier achter wanneer u een vaccinatie kunt krijgen.

Klik verder voor de test

Ledenvoordeel KBO

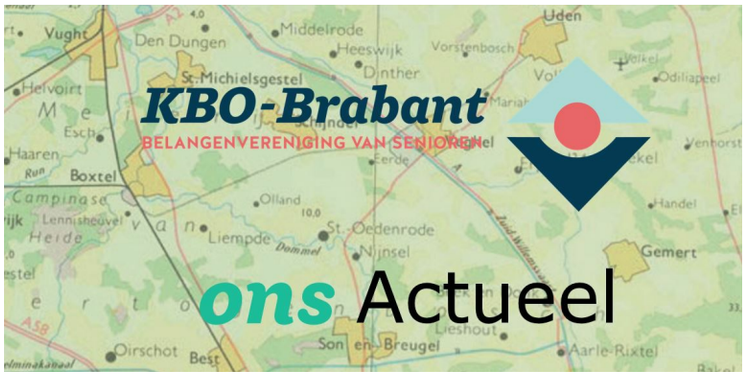
PROFITEER VAN UW LIDMAATSCHAP!
Als lid/abonnee profiteert u van interessante aanbiedingen en unieke voordelen die het leven makkelijker, veiliger, gezonder, goedkoper en leuker maken. Van goedkope energie en hoorbatterijen tot voordelig bellen en leuke uitjes. Kijk snel en profiteer mee! Heeft u hulp nodig? Onze klantenservice helpt u graag.

Lees verder

Ons Actueel Nieuwsbrief KBO Brabant

Januari 2021, week 02

Dit is de tweewekelijkse nieuwsbrief van KBO-Brabant, belangenvereniging van 125.000 senioren in Brabant.



Voor het lezen van de nieuwsbrief "Klik hier"

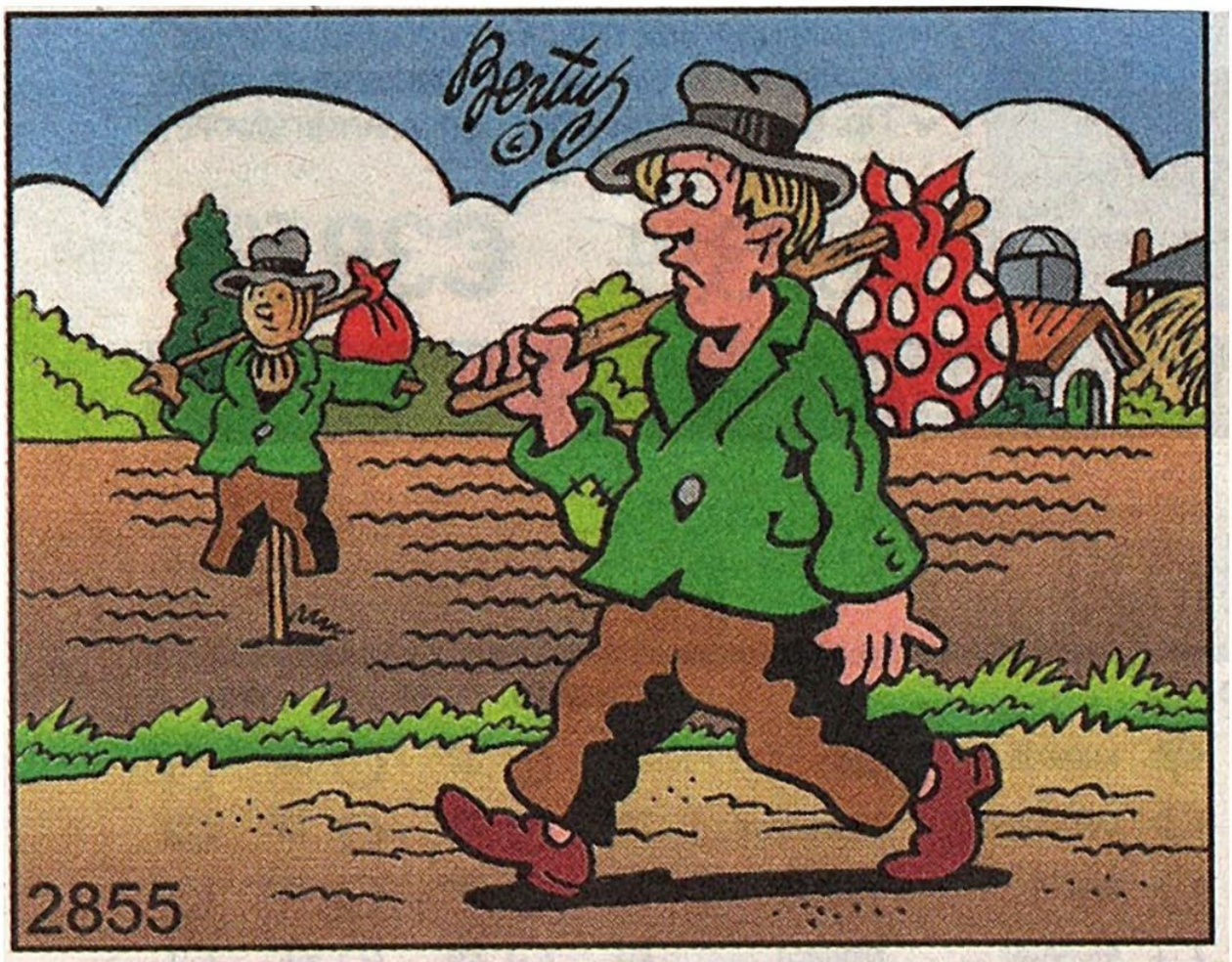
Wilt U zich aanmelden voor de nieuwsbrief "Klik hier"

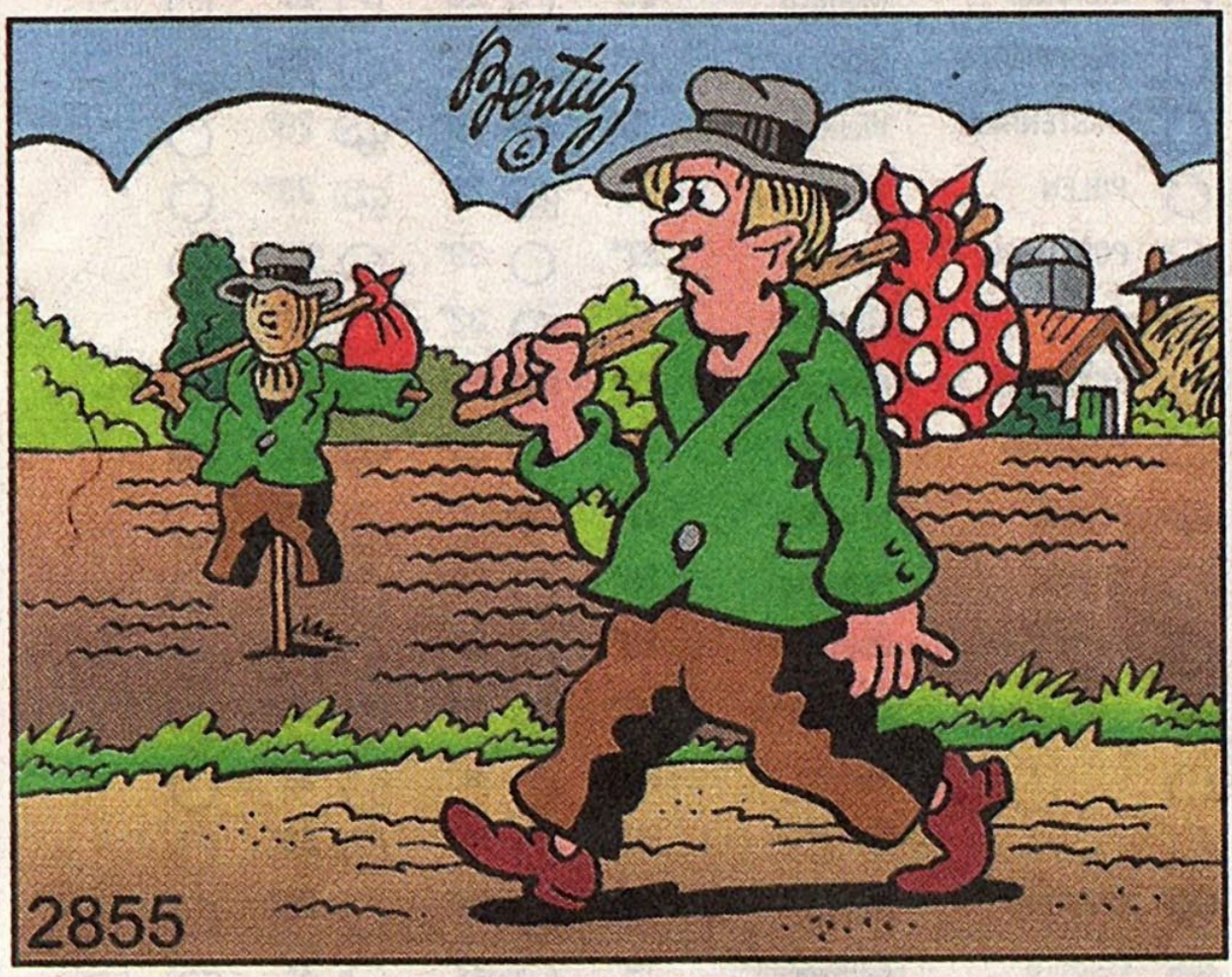
Nieuwe logo KBO

KBO Brabant heeft vanaf dit jaar, haar logo vernieuwd.

Voor KBO Heesch zal dit logo, in aangepaste vorm, overal zichtbaar worden.
Op de website, in de nieuwsbrief, op facebook en in een brief die u eventueel ontvangt of in de INFO of de ONS

Tien verschillen van Bertus





1 wolk links, 2 paal hooimijt, 3 naast arm rechts,
4 hoed pop,5 deur rechts, 6 schoen rechts, 7 knoop op jas,
8 bakkebaard, 9 boom links, 10 wegrand rechts.

Klik hier voor de website van KBO Heesch

Huisartsenpraktijk Hiemstra

Heeft u geen klachten en wilt u informatie over het coronavirus, kijk dan op thuisarts.nl

of de website van het RIVM.

Het coronavirus wordt alleen overgedragen van mens tot mens, vooral door hoesten, maar ook via de handen. U moet denken aan besmetting met het coronavirus als u koorts boven de 38 graden en luchtwegklachten heeft.

In dat geval komt u niet naar de praktijk, maar neemt u telefonisch contact met ons op. **0412-451380**

Nieuw nummer huisartsenpost (avond-nacht-weekend)

Het nummer is: **088 876 5050** (tegen lokaal tarief).
Huisarts Hiemstra is bereid voor patienten en niet-patienten de

rijbewijskeuringen te verzorgen.

De kosten bedragen 45 Euro die u contant bij de keuring dient te voldoen. Voor de keuring kunt u een afspraak maken via 0412-451380. Er bestaat geen wachttijd. U kunt dagelijks terecht van maandag t/m vrijdag .

Alferink Opticien

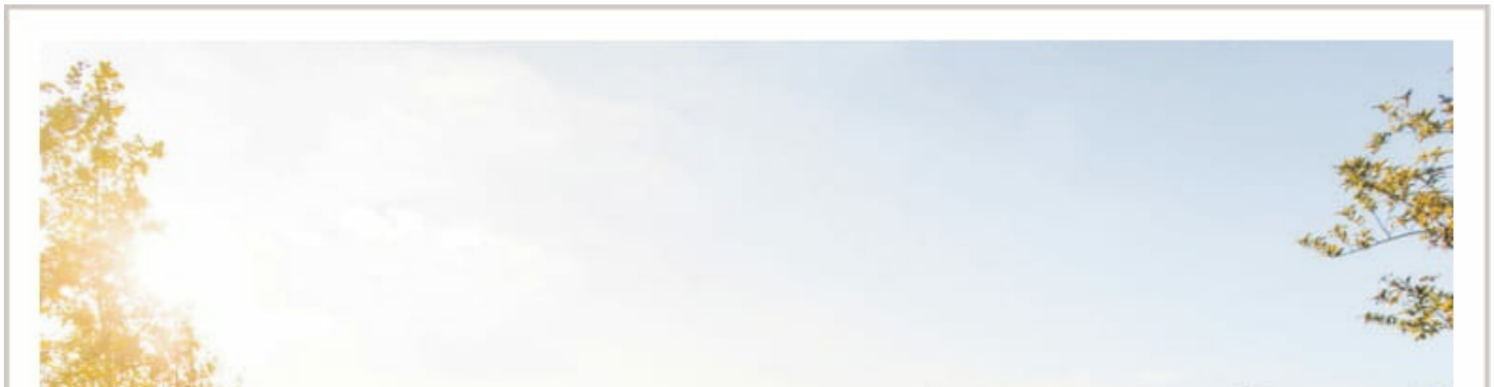
Wij hanteren onze normale openingstijden m.u.v. de koopavond. Door de aangepaste richtlijnen van het RIVM is de service anders dan u normaal van ons kunt verwachten. Wij houden gepaste afstand, werken met handschoenen, reinigen elke apparaat voor- en na gebruik en ook elk montuur wordt na het passen schoongemaakt.

Door deze maatregelen kunnen wij u veilig en verantwoord van dienst zijn. Als u verkouden bent, moet hoesten, koorts heeft of andere griepverschijnselen vertoont, blijf dan thuis. Wij verwelkomen u dan liever een andere keer.

Van Schijndel Hoortechniek

Onze hoorspecialisten stellen u centraal

Welkom bij Van Schijndel Hoortechniek
Bij Van Schijndel Hoortechniek bent u altijd van harte welkom als u op zoek bent naar een passende hooroplossing. Zowel voor hoortoestellen als oordoppen om uw gehoor te beschermen. In onze vestigingen in Wijchen, Veghel, Son, Heesch/Oss en Uden hebben we de producten, de kennis én de service die u van een echte audicien mag verwachten.



Even wandelen, erop uit in de natuur. Het is lente, een prachtige tijd van het jaar. De natuur staat al volop in bloei, ook op natuurbegraafplaats Maashorst. Toch is alles plots zo anders in onze wereld. Voor iedereen.

Wandelen in de rust en de schoonheid van de natuur kan je goed doen. Een informatiegesprek of een wandeling zijn op dit moment, volgens de richtlijnen van het RIVM, gewoon mogelijk.

Ons informatiecentrum is geopend van maandag t/m zaterdag van 9.00 tot 17.00 uur. Het natuurgebied is elke dag toegankelijk van zonsopkomst tot zonsondergang. Kijk voor actuele informatie op onze website: www.maashorst.nl

Natuurbegraafplaats Maashorst

Natuurmonumenten

Franse baan 2, Schaijk, 0486 745 006

Ons adres
De Pas, D'n Herd
De Misse 4
5384 BZ Heesch

KBO - Heesch

Secretariaat
secretaris@kboheesch.nl

Deze e-mail is verstuurd aan {{email}}.• Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich hier afmelden. • U kunt ook uw gegevens inzien en wijzigen. • Voor een goede ontvangst voegt u nieuwsbrief@kboheesch.nl toe aan uw adresboek.

Laposta