Nieuwsbrief KBO Heesch.

Uitgave 15 oktober 2024 - Editie 71

Inhoud nieuwsbrief

- Inhoud nieuwsbrief
- Woordje bestuur . . . . .
- Rabo ClubSupport Actie
- Geslaagde vrijwilligersbijeenkomst
- Digitale nalatenschap
- Beter slapen: doe je zo
- Thema-avond 4 november over trauma therapie EMDR
- Bingo op zondag 10 november 14.00 uur
- KBO Helpdesk
- Uw bank en een onverwacht cadeau per post !?
- Cursussen DigiSterker en DigiVitaler in Bibliotheken Bernheze
- Moeite met uw bank-app op uw mobiel?
- Definitieve boete voor LG en Samsung
- Stel het "invaren" van pensioen uit!
- Nieuwe biljartgroep gestart !
- App QR-Fit zet mensen in beweging
- Dagtocht naar Mediamuseum
- Themabijeenkomst Kanker
- Integraal ouderenbeleid
- Waar kan ik gratis parkeren met mijn gehandicaptenkaart?
- Aan tafel bij Gerda najaar 2024
- Verslag Dagtocht Dinercruise 16 september ’24
- Verkeersdag voor senioren
- Seniorweb / Helpdesk KBO
- Repaircafé en Kluscafé
- Activiteitenkalender KBO Heesch
- Welkom bij de Koepel Gepensioneerden
- OnsMagazine KBO Brabant
- KBO Brabant Ons Actueel

- Activiteiten kalender van "de Pas".
- Huisartsen Hiemstra
- Fietsplezier
- Van Cruchten huisartsenpraktijk
- Alferink Optiek
- Van Lith uitvaartzorg
- De maaltijdservice
- Van de redactie Nieuwsbrief

Woordje bestuur . . . . .

De zomer voorbij

We hebben er dit jaar lang op moeten wachten voordat het echt zomers werd, eindelijk met de bouwvakvakantie brak pas een periode aan dat het echt standvastig zomerweer werd.

Onlangs kwam bij ons aan de keukentafel nog ter sprake dat we dit jaar toch echt wel minder gefietst hebben door het mindere weer in het voorjaar.

Zo van, de fietsen achter op de auto een half uurtje rijden en fietsen in een compleet andere omgeving en s ’avonds weer terug bij je vertrouwde spulletjes en slapen in je eigen bed.

Dit onder het motto; op de fiets zie je nog eens iets en kom je nog eens ergens, bovendien: bedrijvigheid op het platteland blijft ons nog steeds interesseren.

Gefietst wordt er ook door de KBO leden, elke woensdagmiddag is het verzamelen bij de kerk voor een rondje “rund um hause” en tweemaal per maand op maandag gaan de fietsen op de aanhanger of achter op de auto en is er een route uitgezet wat verder van huis, dit alles onder deskundige begeleiding.

Dit is een van de vele activiteiten waarom men lid is van de KBO. Zo zijn er een jaar geleden senioren KBO lid geworden om deel te kunnen nemen aan een bridgecursus welke een serie van twee maal 12 lessen omvat en welke nu bijna ten einde loopt.

Zelf ben ik een van de enthousiaste deelnemers en voor de meeste van ons zal het logische vervolg zijn om op de woensdagmiddag deel te nemen aan de KBO Bridge drive.

Aan activiteiten deel nemen is een van de redenen waarom men lid wordt van de KBO, zo vernemen we iedere keer op de bijeenkomst van nieuwe leden welke twee maal per jaar wordt gehouden.

Maar ook vanzelfsprekend, om bij de senioren club te horen wanneer er weer een jaarlijks terugkerend evenement wordt georganiseerd.

Om alle leden goed te informeren is een goede berichtgeving heel belangrijk.

1. Allereerst de INFO welke maandelijks thuis wordt gebracht door onze trouwe club van bezorgers.
2. Maar ook de digitale nieuwsbrief en
3. natuurlijk de Website van KBO Heesch.
4. Een zeer belangrijke rol in de digitalisering van KBO Heesch is zeker Peter Spijker geweest welke onlangs, na 21 jaar, is gestopt en waarvoor de KBO Helpdesk nu nog een vervanger zoekt.
5. Zoveel mogelijk leden digitaal bereiken is het streven van onze ledenadministratie en registratie van het (juiste) emailadres is dan ook van essentieel belang.

Een oproep vanuit deze nieuwsbrief zal die groep zonder email helaas niet bereiken maar misschien kun je er andere KBO leden eens op attenderen of zij deze uitgebreide nieuwsbrief ook ontvangen.

Tinie van Nistelrooij, secretaris

Opgeven juist emailadres

Aanmelden voor ontvangst Nieuwsbrief

Facebook KBO Heesch Website KBO Heesch

Rabo ClubSupport Actie

Op 30 september mocht het KBO bestuur een cheque in ontvangst nemen van de Rabobank in het kader van de ClubSupport actie van de bank.

In de maand september konden alle deelnemers van de Rabobank hun stem uitbrengen op hun 3 favoriete verenigingen. Niet alleen KBO-leden konden op ons stemmen, maar ook andere deelnemers.

Er waren 220 mensen die voor onze vereniging gekozen hebben. Bij elkaar leverde dat een bedrag van € 1724,68 op. We zijn daar uiteraard erg blij mee.

Meer weten...

Geslaagde vrijwilligersbijeenkomst

Maandag 14 oktober: de grote zaal in de Pas is ‘verbouwd’ voor de ontvangst van zo’n 90 vrijwilligers. De tafels staan klaar, aan de zijkant en allerlei tafels met spelen. Het belooft een gezellige middag te worden. Iedereen heeft er zin in. Jammer genoeg moesten op het laatste moment toch nog wat mensen laten afweten door ziekte of onvoorziene omstandigheden.

Na een vriendelijk welkom door de voorzitter -met passende woorden van dank en een mooi gedicht over ‘de vrijwilliger’- kwam Wil van Oorsouw aan het woord met uitleg over de opzet van de middag: in groepjes verschillende spelen in een onderlinge competitie met elkaar uitvoeren.

Tussendoor een hapje en een drankje en tot slot nog een lekker muziekje om desgewenst bij te dansen. Gedanst werd er niet veel, gelachen des te meer. Van verschillende kanten kregen bestuursleden te horen dat dat wel heel fijn was. Al met al een geslaagde middag, getuige ook de foto’s, waarvan we er maar een paar in een collage kunnen laten zien.

Zie hier de foto's

Digitale nalatenschap

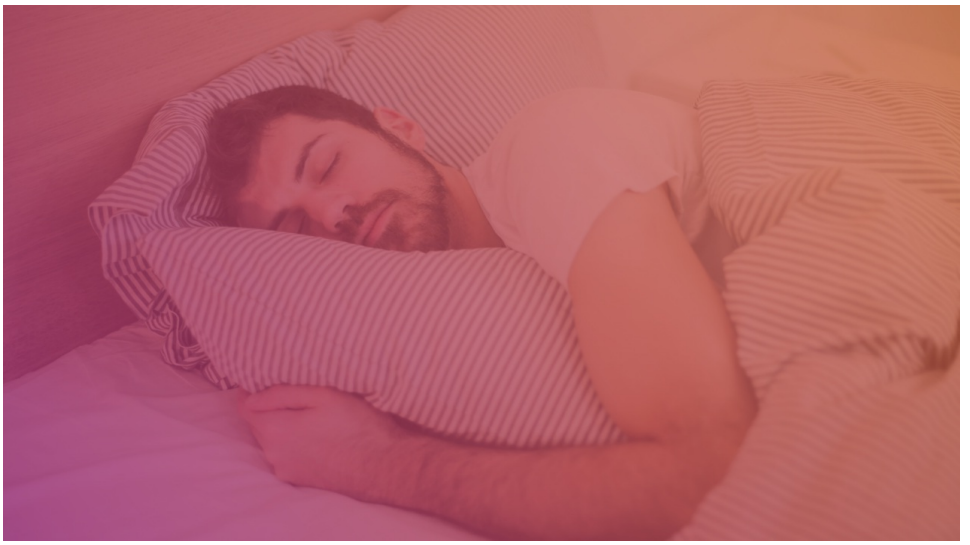
Wat gebeurt er met je digitale leven als je er niet meer bent? Met de campagne ‘Ik ga dood en laat na…’ wil Oneindig Online mensen bewuster maken van je leven in de digitaliserende wereld.

We zitten op Facebook, Twitter en Instagram, hebben accounts bij webwinkels als Bol en Wehkamp, zijn lid van streamingdiensten en handelen via Marktplaats of Vinted. We hebben klantenkaarten en mailen via Outlook of Gmail. Voor al deze toepassingen zijn er gegevens opgeslagen op het wereldwijde web: inloggegevens, wachtwoorden, klantgegevens, mailadressen, telefoonnummers, foto’s, filmpjes, notities, meningen en documenten. Online leiden we een net zo actief leven als in real life.

Lees verder . . . .

Beter slapen: doe je zo

ONS WELZIJN



Slaaptraining voor volwassenen die last hebben van slapeloosheid.

‘Slapen doe je zo!' is een training waarin deelnemers vaardigheden leren om slaap positief te beïnvloeden.

In deze training staan we stil bij de vraag: ‘Hoe zit mijn slaap in elkaar en hoe leer ik meer controle te krijgen over zaken die mijn slaap negatief beïnvloeden?’

De training richt zich op het verminderen van bestaande slapeloosheid en op het voorkomen van chronische slaapproblemen.

6, 13, 20, 27 november en 4, 11 en 18 december

De Misse 6 Heesch, gemeentehuis Bernheze
10.30 uur tot 12.30 uur

Geen kosten verbonden aan deelname. Deelnemers ontvangen een werkboek.

Voor de training begint, vindt er een introductiebijeenkomst plaats (eerste bijeenkomst). Je ontvangt hiervan een uitnodiging per mail. Hierin krijgen deelnemers nadere informatie over de training en de manier waarop dit wordt aangeboden. Ook is er gelegenheid om vragen te stellen.

Meer informatie: Kijk op de website van Ons Welzijn

Hier aanmelden

Thema-avond 4 november over trauma therapie EMDR

Stichting Gezondheids-Voorlichting Heesch

Op maandag 4 november om 19.30 u organiseert Stichting Gezondheidsvoorlichting Heesch een voorlichting over dit thema in de Pas in Heesch.

Tegenwoordig lijkt iedereen EMDR te kennen qua naam, maar vaak is het niet duidelijk wat EMDR is, wanneer deze trauma therapie ingezet wordt en hoe het precies werkt. Op deze vragen zal psycholoog Geertje Setton een antwoord geven. Naast de feiten en fabels over deze behandelmethode zal er gedemonstreerd worden hoe de EMDR lamp gebruikt wordt. Hierdoor kunnen de aanwezigen een goed beeld krijgen wat er gebeurt tijdens een EMDR behandelsessie.

Voor deze avond hebben we psycholoog Geertje Setton uit Heesch bereid gevonden om deze avond te verzorgen.
Onder de naam My Growing Self biedt Geertje Setton laagdrempelige hulp voor volwassenen met lichte tot matige psychische klachten. Dit betreft een breed scala aan problematiek: angst, somberheid, trauma, burnout, zelfbeeld en verlieservaringen.
In haar praktijk maakt ze daarbij ook gebruik van de behandelmethode EMDR.

Schroom niet en voel je welkom om te komen luisteren naar deze interessante voorlichting.

Bingo op zondag 10 november 14.00 uur

Op zondag 10 november hebben we weer een gezellige bingomiddag met mooie prijzen.Zoals altijd vindt dit plaats in SCC De Pas.Vanaf 13.30 uur is de zaal open, om 14.00 uur beginnen we.Iedereen is van harte welkom.KBO leden betalen € 6,50, introducees betalen € 8,00. Consumpties zijn voor eigen rekening.

KBO Helpdesk

De KBO Helpdesk is weer geopend voor vragen of hulp voor uw smartphone, laptop of tablet.

Vrijwilligers zijn in de creapas tussen 10.00 uur en 12.00 gratis voor u beschikbaar.

Uw bank en een onverwacht cadeau

per post !?

Tegenwoordig moet je, als je op internet actief bent, steeds beter opletten of een of andere snoodaard je probeert op te lichten. Zo kennen we tegenwoordig steeds andere methodes.

De dieven, wat dat zijn het, worden steeds geniepiger.

Zo vertelde me een bezoeker van de Helpdesk het volgende:

Een inwoner van Heesch kreeg onlangs een brief van, zoals het ernaar uitzag, van de Rabobank. Hij dacht nog: Klopt die kleur van het logo wel?

Hij opent de brief en ziet daarin een nieuwe bankpas. Toch een beetje archwanend geworden controleert hij het bankpasnummer. Dat blijkt een nieuw nummer te zijn.
Hij denkt: Ik zal de Rabobank even bellen of dit wel klopt. Nummer: 088 722 66 00
Bovendien had hij helemaal niet om een nieuwe bankpas gevraagd.

De medewerker van de bank zal altijd controleren wie u bent. Hij vertelde hem dat er op zijn naam geen nieuwe bankpas was aangevraagd.
Ook vertelde hij dat hij van deze oplichting, want dat was het, nog niet had gehoord.

Als op de wensen van de leverancier van de brief was ingegaan, dan hadden zij, ongetwijfeld, toegang gekregen tot de bankrekening. Met alle gevolgen van dien.

Dus: Wees op je hoede als je per post een nieuwe bankpas krjjgt!!

Er zijn nog veel meer vormen van oplichting:

Internet oplichting: welke soorten

Bank Helpdeskfraude

Hoe herken ik een neptelefoontje?

Hulp nodig van de Rabobank

Andere voorbeelden

Cursussen DigiSterker en DigiVitaler in Bibliotheken Bernheze

De bibliotheken van Bernheze organiseren het hele jaar door de cursussen DigiSterker en DigiVitaler. De cursussen worden gegeven in één van de bibliotheken Bernheze.

We starten een cursus DigiSterker of DigiVitaler bij voldoende aanmeldingen. Na de aanmelding nemen we contact met je op voor een intake. We werken in kleine groepen. De cursus wordt verzorgd door medewerkers van de bibliotheek en in Heesch van de Helpdesk KBO Heesch.

De cursussen zijn bedoeld voor mensen die al een beetje met internet kunnen omgaan

Cursus DigiSterker, leer werken met de DigiD en de digitale overheid
De overheid vraagt tegenwoordig naar je DigiD: je DIGitale IDentiteit. Dit is een digitale toegangscode voor overheidsdiensten.

Voor wie is de cursus DigiSterker?
Vind je het nog moeilijk om gebruik te maken van de digitale dienstverlening van de overheid? Meld je dan aan.

Duur van de cursus DigiSterker
De cursus is gratis en bestaat uit 4 lessen van 2 uur. Het werkboek kost 15 euro of is te leen.

Cursus 'DigiVitaler, oefenen met digitale zorg'
Deze cursus is voor mensen die willen leren hoe ze via internet gebruik kunnen maken van bijvoorbeeld het patiënten portaal van de huisarts.

Voor wie is de cursus 'DigiVitaler, oefenen met digitale zorg'?
Vind je het nog lastig om gebruik te maken van de digitale zorg en het patiënten portaal? Meld je dan aan.

Duur van de cursus DigiVitaler
De cursus is gratis en bestaat uit 3 lessen van 2 uur.
Op 21 oktober start in Bibliotheek Nistelrode de eerste cursus DigiVitaler. Aanmelden is nog mogelijk.

Informatie of aanmelden voor de cursus DigiSterker of DigiVitaler

Bibliotheek Heesch: contactheesch@nobb.nl; telefoon 0412-421857

Bibliotheek Heeswijk-Dinther: contactheeswijkdinther@nobb.nl; telefoon 0413-291054

Bibliotheek Nistelrode: contactnistelrode@nobb.nl; telefoon 0412-611555

Moeite met uw bank-app op uw mobiel?

Steffie is een website die in eenvoudige taal uitlegt hoe je met allerlei zaken kunt omgaan en er meer vertrouwd mee raakt.

Op deze website legt Steffie uit hoe je op je mobiel jouw geldzaken kan regelen. Steffie vertelt ook meer over betalen met je bankpas.

Klik hier

Definitieve boete voor LG en Samsung

Televisiefabrikant LG maakte tussen 2015 en 2018 verboden afspraken over verkoopprijzen van televisies. Ook andere merken werden daardoor duurder. LG kreeg een boete van €8 miljoen en tekende hiertegen bezwaar aan. De ACM heeft de bezwaren tegen de opgelegde boete ongegrond verklaard.

Stichting Consumer Competition Claims (SCCC) heeft LG en ook Samsung gedagvaard. De eis is dat consumenten worden gecompenseerd voor het te veel betaalde geld. Kocht je tussen 2013 en 2018 een nieuwe tv? Waarschijnlijk betaalde je te veel, welk merk je ook kocht. Meedoen kan nog.

Meld je gratis aan

Stel het "invaren" van pensioen uit!

Die dringende oproep doen veertien organisaties die samen ruim een half miljoen mensen met een pensioenbelang vertegenwoordigen aan minister Van Hijum.

De gevolgen van het ‘invaren’ zullen bij het grote publiek pas bekend worden als die onomkeerbaar zijn en veroorzaken dan grote onrust en commotie, waarschuwen de samenwerkende organisaties.

Lees verder . . . .

Nieuwe biljartgroep gestart !

Nieuwe biljartgroep gestart
Op 1 oktober is er een nieuwe activiteit gestart: biljarten voor jonge senioren.

Het idee achter dit aanbod is dat mensen (mannen en vrouwen!) die overdag verhinderd zijn om aan KBO-activiteiten deel te nemen de gelegenheid krijgen om ’s avonds de keu ter hand te nemen.

Lees verder . . . .

App QR-Fit zet mensen in beweging

Met de gratis app QR-Fit kan men eenvoudig gezamenlijke activiteiten organiseren en zo mensen tot meer bewegen aanzetten.

De app is bijvoorbeeld heel geschikt voor wandel- of fitnessgroepen binnen uw afdeling. De app helpt bij het organiseren en volgen van de activiteiten.

De QR-Fit-app is gebruiksvriendelijk, interactief en speciaal ontwikkeld om de deelnemers te motiveren en te activeren.

Wie meer wil weten over de praktische inzet van QR-Fit kan een gratis webinar volgen waarin stap voor stap wordt getoond hoe de app optimaal gebruikt kan worden. Klik op de link hieronder voor meer informatie.

Klik hier voor meer informatie **Klik hier voor een brochure**

Dagtocht naar Mediamuseum

Dagtocht Hilversum: Beeld & Geluid

Er staat weer een nieuwe reis op het programma en wel op 19 februari 2025. We vertrekken om 8.30 u bij de Pas en rijden per luxe touringcar naar het Mediapark in Hilversum.

Lees verder . . . .

Themabijeenkomst Kanker

Themabijeenkomst 18 oktober: Kanker…hoezo hopeloos!

Als het woord kanker valt, valt menig gesprek stil. Ontzetting, emotie, medeleven als uiting van machteloosheid. Niemand zit te wachten op de diagnose kanker. Te vaak staat kanker bij velen voor eindigheid.

Kanker is een aandoening die je zo maar kan overkomen, soms ligt een belaste familieaandoening er aan ten grondslag in andere gevallen blijken omgevingsfactoren de oorzaak. Wat is eigenlijk kanker, hoe ontstaat het en kun je het voorkomen ???

Allemaal vragen waarop dr. Hans Manders zal proberen een antwoord op te geven.

Wilt u meer weten over kanker, kom dan beslist vrijdag 18 oktober 2024 naar De Pas. Aanvang lezing 14.00 uur. Entree is gratis.

Lees verder . . . .

Integraal ouderenbeleid

ANBO-PCOB heeft deze week, samen met de Seniorencoalitie, een gesprek gehad op het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS). Met minister Fleur Agema en staatssecretaris Vicky Maeijer van langdurige en maatschappelijke zorg.

Meer weten....

Waar kan ik gratis parkeren met mijn gehandicaptenkaart?

Parkeren zonder zorgen - over het gebruik van de gehandicaptenparkeerkaart.

Er bestaat in Nederland veel onrecht over het goed of verkeerd gebruik van de gehandicaptenparkeerkaart.Het zit namelijk zo: elke afzonderlijke gemeente in Nederland (dat zijn er tot 2028 in totaal 342), heeft de mogelijkheid om d.m.v. Algemene Plaatselijke Verordening zelf de regels voor de gehandicaptenparkeerkaart vast te stellen.

Gevolg: grote diversiteit, zelfs chaos en veel onzekerheid bij de gebruikers van de gehandicaptenparkeerkaart. Mag ik hier wel of niet (gratis?) parkeren is soms de vraag.Dit is nu opgelost.

Er is een parkeergids waarin alle regels per gemeente (op alfabetische volgorde) zijn opgenomen. Een handige meeneemgids voor dagelijks gebruik zodat men niet eerst per gemeente via internet moet opzoeken welke afwijkende regels er nu weer zijn in de plaats die men wenst te bezoeken. Kosten €14,95

Wie geen boekwerk wil kan zich ook abonneren op de digitale versie van dit boekje. Voordeel daarvan is dat alle informatie actueel is, terwijl de gedrukte gids na verloop van tijd achterhaalde informatie weergeeft. Kosten €1,99 per maand of €20,00 per jaar.

Zowel de gedrukte als digitale versie van de parkeergids is te bestellen via Parkeren zonder Zorgen, Gehandicapten Parkeergids

Hier bestellen gehandicapten parkeergids

Aan tafel bij Gerda najaar 2024

Alle alleenstaande leden van onze KBO kunnen zich, 1x per maand, telefonisch aanmelden voor een heerlijk 3 gangen diner.

Aanmelden: bij Jeanette 06-30829569
Ontvangst: 17.15 – 17.30 uur in de kookstudio van de Eijnderic
Betaling: €7,50 graag contant en gepast

Meer weten . . . .

Verslag Dagtocht Dinercruise 16 september ’24

Dagtocht Dinercruise 16 september ’24

De KBO reiscommissie én reisorganisatie BTR hebben voor ons weer een mooie dag georganiseerd en de animo is reuze.

Om 09.30 uur vertrekt de bus met chauffeur Barry vanaf de Misse richting Kerkdriel waar wij met 48 deelnemers aan boord gaan van partyschip “Columbus”.

Lees verder . . . .

Verkeersdag voor senioren

Op donderdag 24 oktober organiseert VVN Afdeling Maasland (Gemeenten Oss en Bernheze) weer een verkeersdag voor senioren in het Mondriaancollege in Oss.

Hoe ziet zo'n verkeersdag eruit:

Alle deelnemers volgen het theorie gedeelte waarin ze worden geïnformeerd over veranderde verkeers- en gedragsregels zoals rotondes, snelweg, voorsorteervakken en taal van de weg.

Daarnaast kunnen ze een praktijkles volgen in een lesauto waarbij hun kennis en ervaring beoordeeld wordt door een ervaren rijinstructeur.

Maar er is meer, naast de theorie en de praktijk, krijgt u ook advies van onder meer de fysiotherapeut, de opticien en de audicien die uw conditie beoordelen.

Wilt u het programa bekijken, klik dan hieronder

Lees verder . . . .

Seniorweb / Helpdesk KBO

Gezondheid & Zorg

Sites, apps en apparaten die helpen bij uw gezondheid of in geval van nood.

Medische gegevens invullen op android mobiel

Wat is zorgdomein ?

Contactpersoon bij nood instellen (Android)

Wachttijden in de zorg opzoeken

Repaircafé en Kluscafé

Repaircafé Heesch
Iedere 1e woensdag van de maand van 13:00-16:00 uur zitten vrijwilligers klaar om uw reparatie in ontvangst te nemen in de zaal aan de zijkant van de kerk, Kerkstraat 2 in Heesch.

Kluscafé Loosbroek
Mocht u op woensdag niet in de gelegenheid zijn dan is er ook een Kluscafé in Loosbroek voor alle inwoners van Bernheze.
Datum: 3e zaterdag van de maand in 2024
Locatie: Harrie van Zoggel, Achterdonksestraat 7 Loosbroek

Activiteitenkalender KBO Heesch

Seniorenvereniging KBO Heesch

KBO Heesch
Actief en Inspirerend

Jaarprogramma 2024

Speciale activiteiten oktober	
Wo 2 okt.	Aan de praat, Creapas
Wo 2 okt	Géén bewegen voor ouderen (vakantie)
Do 3 okt	Bloemschikken, zaal B
Zon 6 okt	Hoera, 't is zondag, d'n Herd
Ma 7 okt	Géén stoelyoga (vakantie)
Di 8 okt	Fotoclub, Dorsvloer
Di 8 okt	Modeshow Boskoop
Wo 9 okt	Géén bewegen voor ouderen (vakantie)
Do 10 okt	Aan tafel bij Gerda, Eijnderic
Vrij 11 okt	Dansen, de Misse
Zon 15 sep	Bingo, d'n Herd
Ma 14 okt	Géén stoelyoga (vakantie)
Wo 16 okt	Géén bewegen voor ouderen (vakantie)
Vrij 18 okt	Themamiddag de Misse
Zon 20 okt	Hoera, 't is zondag, d'n Herd
Ma 21 okt	Géén stoelyoga (vakantie)
Wo 23 okt	Géén bewegen voor ouderen (vakantie)
Wo 23 okt	Aan tafel bij Gerda, Eijnderic
Vrij 25 okt	Uitdelen INFO, d'n Herd

Speciale activiteiten november	
Zon 3 nov	Hoera, 't is zondag, d'n Herd
Di 5 nov	Kartrekkersoverleg, de Misse
Wo 6 nov	Aan de praat, Creapas
Do 7 nov	Aan tafel bij Gerda, Eijnderic
Vrij 8 nov	Dansen, de Misse
Zon 10 nov	Bingo, d'n Herd
Di 12 nov	Fotoclub, Dorsvloer
Vrij 15 nov	Herfstfeest
Zon 17 nov	Hoera, 't is zondag, d'n Herd
21-25 nov	Kerstreis naar Londen
Wo 27 nov	Aan tafel bij Gerda, Eijnderic
Vrij 29 nov	Uitdelen INFO, d'n Herd

Wekelijkse activiteiten	maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	Vrijdag	zondag
Fietsen lang (apr/okt), kerk	9.00					
Helpdesk, De Pas in de CreaPas	10.00 – 12.00					
Stoel Yoga, De Deel **NIEUW**	10.30 – 11.30					
Biljarten competitie, in d'n Herd		12.30 – 17.00				
Jeu de Boules, Heesch/Teeffelen		13.30 – 16.00				
Sjoelen, De Pas in de Misse zaal		14.00 – 16.00				
Rummikub, De Pas in de Misse zaal		14.00 – 16.00				
biljarten, De Pas in d'n Herd		18.30 – 22.00				
Kaarten, De Pas in d'n Herd		19.00 – 22.00				
Keezen, De Pas in d'n Herd		19.00 – 22.00				
Nordic walking, buiten bij De Pas			9.30 – 11.00			
Meer bewegen voor ouderen, de Misse zaal			10.30 – 11.30 11.30 – 12.30			
Bridgen, De Pas in de Misse zaal			13.00 – 16.00			
Fietsen kort, kerk			13.30			
Vrij biljarten, De Pas in d'n Herd				9.00 – 12.00		
ConAmore, De Pas in de Misse zaal				10.00 – 12.00		
Handwerken, De Pas in d'n Herd				10.00 – 12.00		
Wandelen, de Misse				9.30 – 11.00		
Wandelen opstappers, de Misse				9.00 – 12.00		
Biljarten competitie, in d'n Herd				12.30 – 17.00		
Dansen, 2e vrijdag/mnd, de Misse					20.00 – 23.30	
Hoera 't is zondag D'n Herd, elke even week						11.30 – 16.00

In de maak *	Wanneer	Bijzonderheden
** Activiteiten in deze rubriek zijn nog niet definitief, maar komen er aan.*		

Zie hier het jaarprogramma

Reserveren van ruimte in De Pas

De eerstvolgende INFO wordt op **25 oktober 2024** weer bezorgd.

De eerstvolgende inleverdatum voor kopij is **10 oktober 2024**

Daarnaast verzenden we ook nog de Nieuwsbrief. Deze komt 1x per maand rond de 15e uit.

Hou ook onze website en onze facebook pagina in de gaten, deze worden regelmatig bijgehouden.

Ga naar website KBO Heesch

Rooster inzenden kopij en ontvangen INFO en Nieuwsbrief

Klik hier voor het ontvangen van de nieuwsbrief

Welkom bij de Koepel Gepensioneerden

De Koepel gepensioneerden is de grootste seniorenorganisatie in Nederland, met voor de belangenbehartiging inzetbare deskundigheid op de terreinen pensioenen en inkomen, zorg, welzijn en wonen.

Aangesloten zijn ruim 150 organisaties van gepensioneerden en de seniorenorganisaties KBO-Brabant en FASv.

Symposium Wonen welzijn en zorg

Wilt u op de hoogte blijven, meldt u dan aan voor de nieuwsbrief

Lees hier de nieuwsbrief van Koepel Gepensioneerden

OnsMagazine KBO Brabant

Klik hier voor de laatste Nieuwsbrief Onsmagazine

Klik hier voor de website Onsmagazine

KBO Brabant Ons Actueel

Dit is de 2-wekelijkse nieuwsbrief van KBO-Brabant. Belangenvereniging van 120.000 senioren in Brabant.
Nieuwe lezers heten wij hierbij van harte welkom!

Nieuwsbrieven Ons Actueel

Wilt U zich aanmelden voor de nieuwsbrief Ons Actueel "Klik hier"

Activiteiten kalender van "de Pas".

Klik op **klik hier voor meer .....** om te weten welke activiteiten "de Pas" de komende tijd voor U heeft gepland.

Klik hier voor meer .....

Fietsplezier

Wees Welkom!!

Voor een onderhoudsbeurt aan uw fiets in onze werkplaats of voor een kijkje in onze showroom!!!
Wij staan graag voor u klaar.

Huisartsen Hiemstra

Van Cruchten huisartsenpraktijk

van Cruchten
huisartsenpraktijk

Alferink Optiek

ALFERINK
OPTICIEN
't Dorp 31 5384 MB Heesch T 0412 451003
info@alferinkoptiek.nl www.alferinkoptiek.nl
Als KBO-lid: bij aanschaf van een montuur
10% korting

Van Lith uitvaartzorg

VAN LITH
UITVAARTZORG

DOCFALAAN 2, 5342 HZ OSS

0412 - 623173

De maaltijdservice

Van de redactie Nieuwsbrief

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.

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

KBO - Heesch

Secretariaat
communicatie@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