

www.seniorenzelfaanzet.nl



Praat vandaag over morgen

KBO Heesch
Actief en
Inspirerend



Folder oude stijl



Weekactiviteiten

Maandag
start 9:00 Fietsen (lange afstand) bij de kerk fietstochten@kboheesch.nl
10:00 - 12:00 Helpdesk, Creapas helpdeskgroep@kboheesch.nl
10:30 - 12:30 Stoelyoga (2x), De deel mbvo@kboheesch.nl

Dinsdag
12:30 - 17:00 Club-biljarten, d'n Herd biljarten@kboheesch.nl
13:30 - 16:00 Jeu de boules jeudeboules@kboheesch.nl
(zomer bij de Smidse Heesch / winter in Teefelen - binnen)
14:00 - 16:00 Sjoelen/Rummikub de Misse sjoelen@kboheesch.nl
14:00 - 17:00 Fotoclub (2^e dinsdag), Goelkamer fotoclub@kboheesch.nl
18:30 - 22:00 Vrij biljarten, d'n Herd biljarten@kboheesch.nl
18:30 - 22:00 Biljarten 55+, d'n Herd kaarten@kboheesch.nl
19:00 - 22:00 Keezen, d'n Herd keezen@kboheesch.nl
19:00 - 22:00 Keezen, d'n Herd keezen@kboheesch.nl

Woensdag
09:30 - 11:00 Nordic walking, De Pas nordicwalking@kboheesch.nl
10:30 - 12:30 Meer Bewegen voor Ouderen (2x), de Misse mbvo@kboheesch.nl
13:00 - 16:00 Bridgen, d'n Herd bridgen@kboheesch.nl
start 13:30 Fietsen (korte afstand), bij de kerk fietstochten@kboheesch.nl
14:30 - 16:00 Aan de praat (1^e woensdag), Creapas aandepraat@kboheesch.nl
17:30 - 20:00 Aan tafel bij Gerda (1x per maand), Eijnderic * aantafel@kboheesch.nl

Donderdag
09:00 - 12:00 Vrij biljarten, d'n Herd vrijbiljarten@kboheesch.nl
09:00 - 12:00 Schilderen, Goelkamer schilderen@kboheesch.nl
09:30 - 11:00 Handwerken, De Pas wandelen@kboheesch.nl
10:00 - 12:00 Koor Con Amore, de Misse conamore@kboheesch.nl
10:00 - 12:00 Club-biljarten, d'n Herd biljarten@kboheesch.nl
12:30 - 17:00 Aan tafel bij Gerda (1x per maand) aantafel@kboheesch.nl
17:30 - 19:00 Biljarten 55+, d'n Herd biljarten@kboheesch.nl
18:30 - 22:00 Biljarten 55+, d'n Herd biljarten@kboheesch.nl

Vrijdag
09:00 - 11:00 INFO (1x per maand), d'n Herd info@kboheesch.nl
20:00 - 23:30 Dansen (2^e vrijdag), de Misse dansen@kboheesch.nl

Zaterdag
Geen activiteiten

Zondag
11:30 - 16:00 Hoera het is zondag (vrijdag) hoerahetiszondag@kboheesch.nl
* Voor exacte data, raadpleeg INF

Bestuurslid
Dhr. Wil van
06-5
ac

KBO Heesch

Jaarprogramma 2025

**Voel je je thuis bij ons jaarprogramma?
En nog geen lid? Meld je dan aan.**





Praat vandaag over morgen

Hoe zie jij de weg naar
ouder worden?

Tussen Nieuwjaar en Pasen
twee series van vier
themabijeenkomsten
over wonen, zorg en
welzijn in de toekomst
voor alle 55+ers van Heesch
SCC de Pas in Heesch.

Informatie en aanmelden:

www.kbo-heesch.nl

of
QR-code



Praat vandaag over morgen





Praat vandaag over morgen

Hoe zie jij de weg naar
ouder worden?

Tussen Nieuwjaar en Pasen
twee series van vier
themabijeenkomsten
over wonen, zorg en
welzijn in de toekomst
voor alle 55+ers van Heesch
SCC de Pas in Heesch.

Informatie en aanmelden:

www.kbo-heesch.nl

of

QR-code



Praat vandaag over morgen



Een boek cadeau krijgen en KBO Heesch steunen: dat kan samen-



KBO Heesch
Actief en
Inspirerend



Als u tussen 1 januari en 30 april
2025 lid wordt van KBO Heesch

ontvangt u gratis het boek **Actief
ouder worden**, leidraad voor een langer en
gelukkiger leven. (winkelwaarde € 23,50). U
kunt zich aanmelden met de qr-code of
via de website www.kbo-heesch.nl of
bij de ledenadministrateur tel 0412-454560
of ledenadministratie@kboheesch.nl of
via een inschrijfformulier te verkrijgen in de
Pas (op het KBO-tafeltje links bij de ingang).
U ontvangt het boek thuis als uw inschrijving
verwerkt is in de ledenadministratie.



U kunt dit boek ook cadeau krijgen als u meedoet met de Vrienden-
Loterij en KBO Heesch aanwijst goed doel (partner).

Als u al meedoet aan de VriendenLoterij kunt u de leden-
VriendenLoterij bellen (telefoon 088 – 0201022) of
een medewerker aan de lijn, aan wie u wilt koppelen aan uw lot of
Loterij wordt gevraagd.

www.seniorenzelfaanzet.nl



Praat vandaag **over morgen**

KBO Heesch
Actief en
Inspirerend



Agenda: Gemeente Bernheze aan het woord



- Welkom
- Burgemeester Mark de Man
- Korte terugblik bijeenkomst 1, 2 en 3
- Aanbieden van onze toekomstverwachting
- In gesprek met wethouder Edwin Daandels van gemeente Bernheze
- Henk Geene met zijn nieuwe boek over de voorzorgcirkels
- Pauze – technische ondersteuning bij installatie Wifi en meer
- Dialoog met de hele zaal via onze gsm
- Afsluiting



Agenda: Gemeente Bernheze aan het woord



Burgemeester Mark de Man



Campagne Senioren zelf aan zet



Het project is mogelijk gemaakt door ministerie Volksgezondheid, Welzijn en Sport

Bijeenkomst 1, Bewustwording

Bijeenkomst 2, Wonen - verdieping samen met lokale partners

Bijeenkomst 3, Zorg – verdieping samen met lokale partners

Bijeenkomst 4, Gemeente en rondje toekomst



Praat vandaag over morgen



Themabijeenkomsten SCC de Pas in Heesch

Aanmelden uiterlijk
een week tevoren
via www.kbo-heesch.nl
of QR-code



Bewustwording

17 januari (mid) of 23 januari (av)

Wonen

13 februari (av) of 14 februari (mid)

Zorg & Welzijn

20 maart (av) of 21 maart (mid)

Gemeentebeleid

14 april (mid) of 16 april (av)

KBO Heesch
*Actief en
Inspirerend*



Praat vandaag **over morgen**

Over wonen, zorg
en welzijn in de
toekomst

Rabobank 

Vitaal ouder worden



- **Vaak staan we tot op hoge leeftijd midden in het leven**
- **We worden ouder en mogen langer van het leven en van elkaar genieten**
- **We zijn actief bij verenigingen en zijn een bron van kennis en levenservaring**

Uitdaging vergrijzing



Naast een enorm potentieel brengt vergrijzing ook uitdagingen met zich mee

- **Het aantal oudere inwoners groeit en het aantal inwoners dat werkt o.a. in zorg en welzijn daalt**
- **Daarnaast is de gezinswoning voor sommige ouderen met trap, drempels en tuin niet meer passend**

Bijeenkomst 1 Bewustwording



Maatschappelijke uitdaging

- | | | | |
|-----------------------------|------|---|-----|
| 1. Dubbele Vergrijzing | 1975 | 10% | 65+ |
| | 2025 | 20% | 65+ |
| | 2040 | 25% | 65+ |
| 2. Tekort aan zorgpersoneel | 2025 | ruim 60.000 medewerkers tekort | |
| | 2030 | gaat bijna 30% medewerkers ouderenzorg met pensioen | |
| 3. Tekort aan woningen | 2040 | 400.000 extra seniorenwoningen nodig | |

Wat is senior geschikt wonen



- | | |
|---|--|
| 1. Woning | Meest passend of passend te maken |
| 2. Woonomgeving | Voorzieningen, veilig, vervoer,
openbare ruimte |
| 3. Sociaal netwerk/
Sociale woonomgeving | Zinvolle dag, mensen waar je op kunt
terugvallen of wat voor kunt betekenen |

Bijeenkomst 2 Wonen



- **Wat is de huidige situatie in gemeente Bernheze?**
- **Wat zelf te doen om langer in uw huidige woning te blijven wonen?**
- **Wat kan nog meer met uw woning: mantelzorgwoning, woningsplitsing, etc.?**
- **Wat zijn de mogelijkheden m.b.t. huren en kopen?**
- **Wat vinden professionals en wat is het advies?**

Bijeenkomst 2 Wonen



Meer dan de helft koopwoning en woont met partner

Aantrekkelijk woning/ woonsituatie: woning, tuin, sociale contacten, voorzieningen

Interesse betreft huidige woning: levensloopbestendig maken, mogelijkheid mantelzorgwoning

Bijna de helft wil op termijn verhuizen: woning/ tuin te groot niet gelijkvloers
Wensen: zelfde buurt (gemeente), gelijkvloers, voorzieningen in de buurt

Bijeenkomst 3 Zorg en Welzijn



- Wat zijn de veranderingen in de zorg?
- Hoe kunnen we ons voorbereiden op de veranderingen in de zorg?
- Wat kunnen we zelf doen om langer vitaal te blijven?
- Hoe belangrijk is een sociaal netwerk?
- Wat betekent 'zorg voor elkaar'?
- Hoe kijken professionals aan tegen de zorg en wat is het advies?

Zelf, thuis en digitaal als het kan



Formele zorg kan niet zonder informele zorg



Sociaal netwerk cruciaal



Sociaal netwerk



DAGELIJKSE DINGEN

HUISHOUDEN/TUIN

De buurvrouw komt soms stofzuigen. Je kleinzoon maait af en toe het gras.



Wie kan jou helpen met het huishouden?

Wat zou jij voor een ander willen doen?

FINANCIËN

Een goede vriend of familielid helpt je met het regelen van bankzaken.



Wie vertrouwt jij met jouw geldzaken?

Wat zou jij voor een ander willen doen?

VERVOER

Een broer of zus gaat ook naar die verjaardag en pikt je even op. Het ritje naar de dokter wordt gedaan door een neef.



Wie regel jij voor vervoer?

BOODSCHAPPEN/KOKEN

Een oud collega neemt af en toe wat boodschappen mee. Een kennis maakt een lekkere maaltijd voor je klaar.



Wie kan jou hierbij ondersteunen?

VERSTERK JOUW NETWERK

Vul per onderdeel de naam in van degene(n) die achter jou staan. En vul in hoe jij achter anderen kunt staan.

SOCIAAL LEVEN

GEZELLIGHEID

Bij een oude schoolvriend op de koffie, da's altijd gezellig. Even bij de burens een praatje maken.



Met wie maak jij het graag gezellig?

GOED GESPREK

GESPREKSPARTNER

Goed kunnen praten met bijvoorbeeld een vriend over belangrijke of emotionele onderwerpen.



Bij wie kun jij voor een goed gesprek terecht?

Wat zou jij voor een ander willen doen?

ZORG



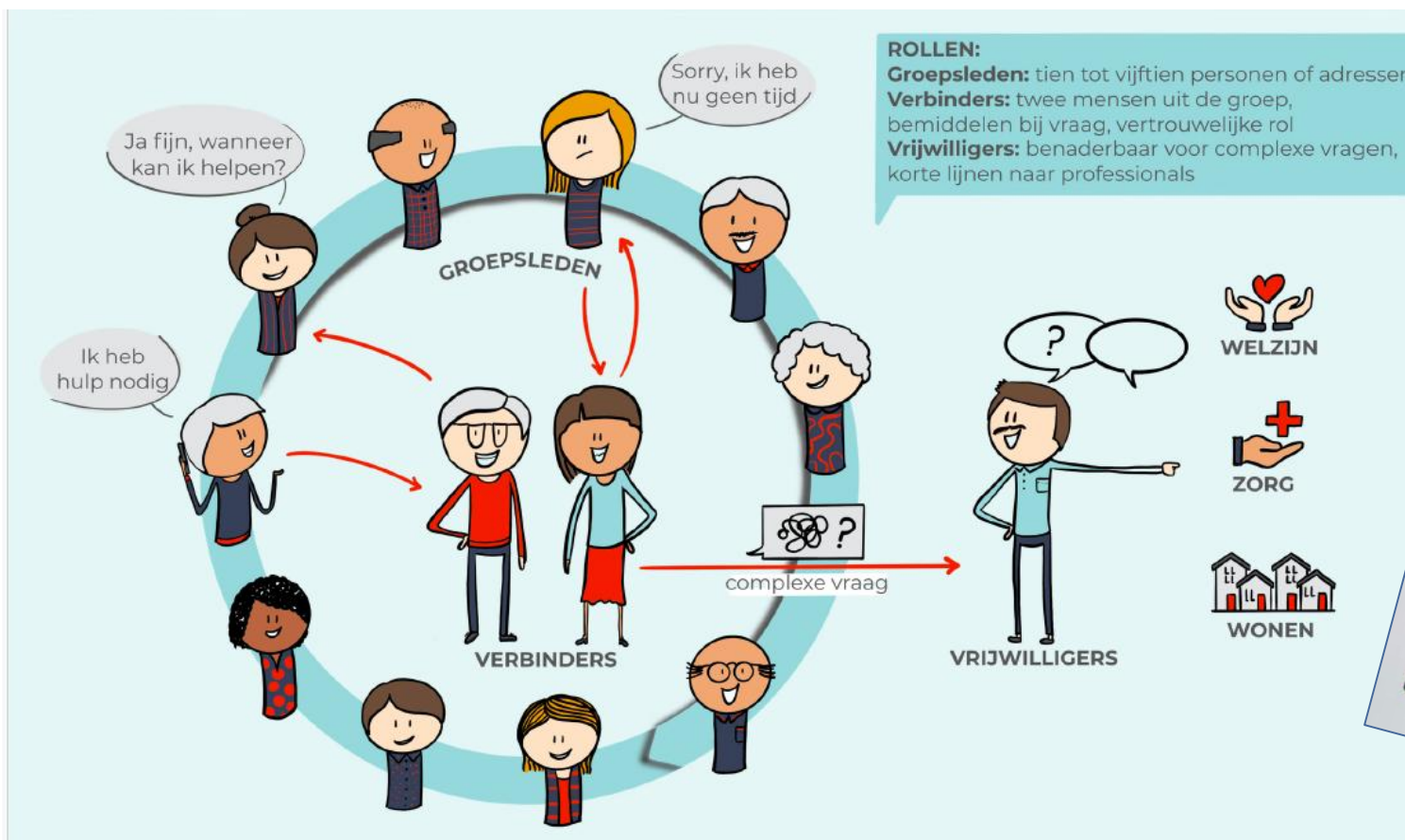
licijnen voor je klaar. gdruppels.

lische zorg?

Regie over het leven

Het geeft rust te weten waar terecht te kunnen met vragen en/of dat dingen geregeld zijn ook als er beperkingen zijn

Sociale netwerken, nabuurschap, omzien



Op tijd in actie, senioren zelf aan zet



Heesch denkt na over wonen, woonomgeving en sociaal netwerk

Zorg dat ouder worden je niet overkomt



- Blijf actief en investeer in uw sociaal netwerk, maak nieuwe 'vrienden', het SOCIAAL PENSIOEN
- Verdiep u tijdig in alle mogelijkheden en laat financiën niet enige graadmeter zijn m.b.t. senior geschikt wonen
- Maak gebruik van aanbod en vraag advies en ondersteuning; er is veel beschikbaar
- Zorg dat u bent voorbereid dat geeft rust

Oproep aan gemeente en professionals



- Er is straks een grote groep senioren, met veel ervaringen en tijd: maak daar gebruik van
- Wees creatief en flexibel
- Ga uit van vertrouwen, zeg ja, mits, i.p.v. nee, tenzij
- Denk niet in controle en regels maar in mogelijkheden en resultaten
- Stuur mensen niet van het kastje naar de muur, het is een doolhof
- Initiatieven kunnen slagen dankzij i.p.v. ondanks.....
- Vraag waar mensen echt mee geholpen zijn om verder te kunnen
- **We zijn samen aan zet, inwoners en professionals**

Hoe wordt Heesch graag ouder



- Gezond blijven
- Passend wonen
- Sociale contacten
- Gevoel van veiligheid
- Voorzieningen in de buurt



Eric Dankbaar (Dtv) in gesprek met:

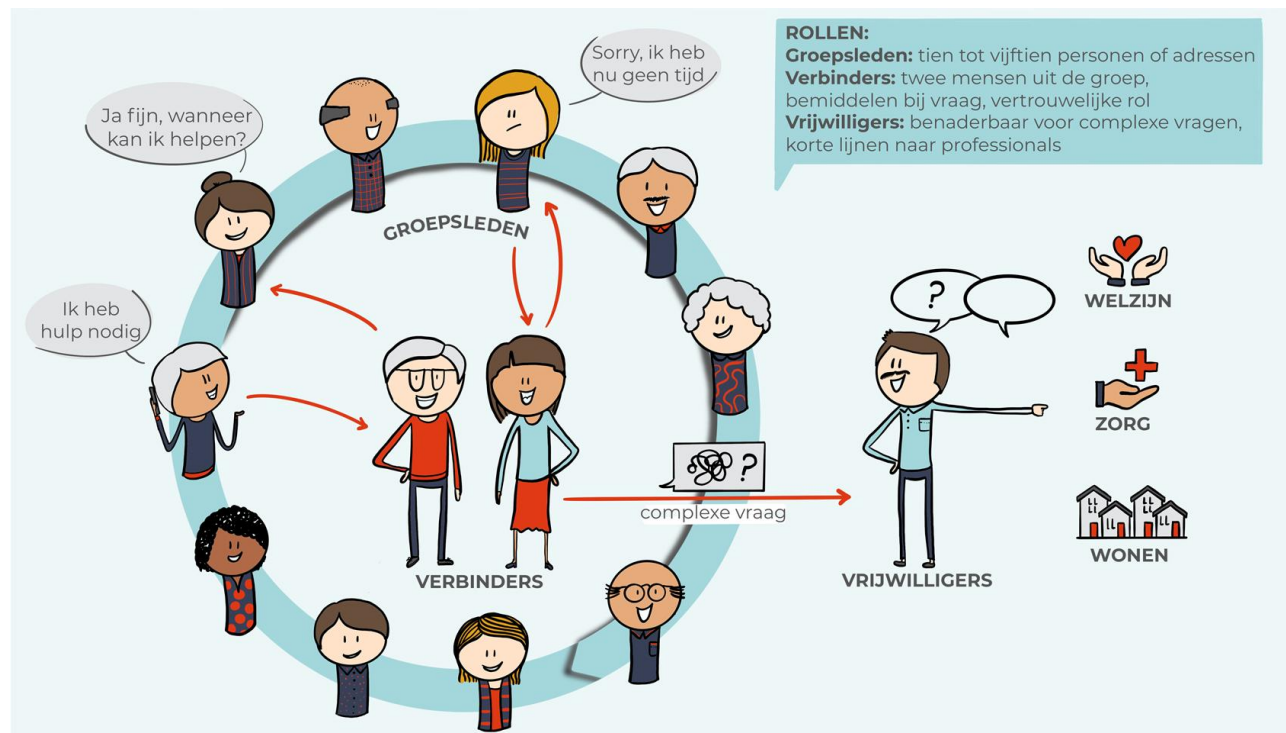
Wethouder Edwin Daandels

Portefeuille: **Wonen en Ruimtelijke ontwikkeling**

Voorzorgcirkels



Henk Geene met zijn nieuwe boek over Voorzorgcirkels



Pauze



Pauze met koffie of thee

Interactief moment



Inloggen op het WIFI-netwerk GAST-DEPAS

- Ga naar instellingen – klik op icoontje Wi-Fi
- Vind *netwerk GAST-DEPAS*
- Gebruik wachtwoord: **openwifi**

Zoek contact met mentimeter

- Ga naar www.menti.com
- Vul de code in: **2960 2753**
- Neem deel: klik op **Join**



Enter the code to join

It's on the screen in front of you

2960 2753

Join

We use cookies to provide
this service and improve
your experience.

[Learn more](#)



Om mee te nemen uit deze bijeenkomsten



**Flyer met goede raad
en overzicht van hulpinstanties in Heesch**
(uitgave Senioren Heesch)

Folder 'De toekomstbestendige woning'
(uitgave Senioren Brabant-Zeeland)

Afsluiting



Voorzitter Senioren Heesch, Wilma Slaats

Met dank aan

KBO Heesch
*Actief en
Inspirerend*



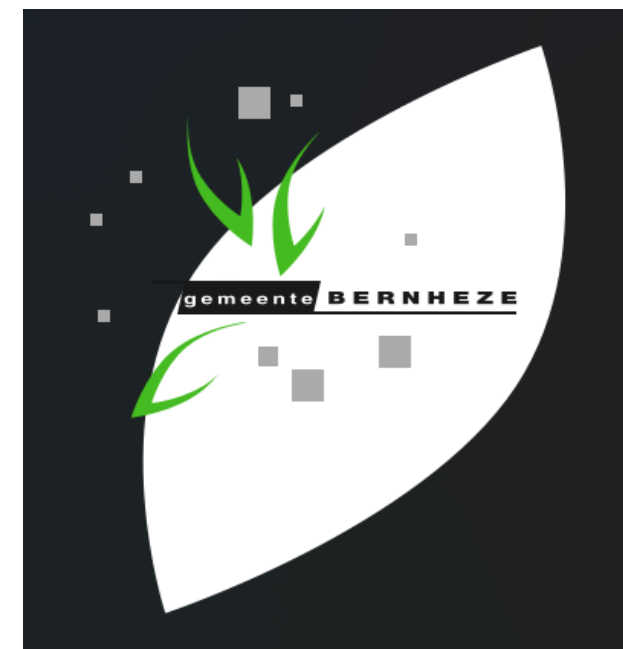
Kringraad Bernheze



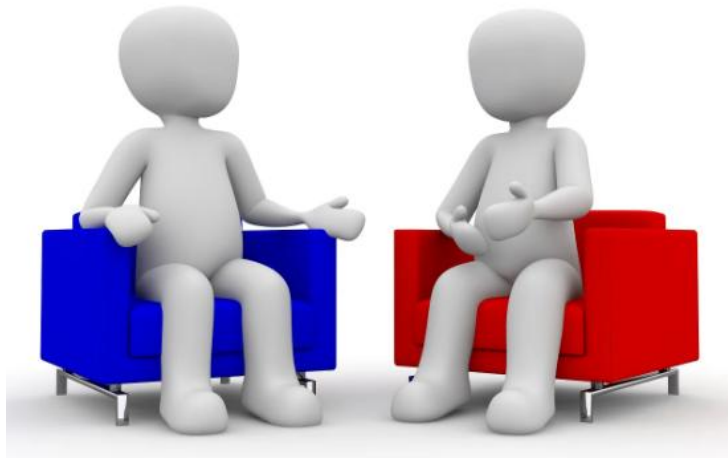
Rabobank



JACOBS & JACOBS
WOONSFEERMAKERS



Bedankt voor uw komst en..



*Stop niet met praten over morgen,
het is uw toekomst!*