

Voorwoord bestuurslid

Als ik dit schrijf moeten de laatste bijeenkomsten van onze campagne 'Praat vandaag over morgen' nog plaats vinden, maar nu al mogen we een groot succes claimen. Doel van de campagne was om senioren van Heesch (en dat ben je als je 55 of ouder bent) bewust te maken van wat er op hen af kan komen in de komende jaren gelet op de dubbele vergrijzing (er komen meer ouderen bij en de senioren worden ook steeds ouder) en de groeiende zorgkloof (er komen steeds meer zorgvragers, terwijl het aantal zorgverleners afneemt).

De eerste bijeenkomst was voor sommigen nogal confronterend. Bernheze kent meer 65 plussers dan er gemiddeld in Nederland zijn. Over 15 jaar is bijna 30% van de gemeente 65+ en bijna de helft daarvan woont alleen.

In de beleving van velen zijn er nu al te weinig geschikte seniorenwoningen en dat zal met deze toename alleen maar erger worden als er niet in rap tempo wordt bijgebouwd. Alternatieve oplossingen zijn inmiddels voorgelegd aan de gemeente.



Een soortgelijk verhaal kunnen we vertellen over de zorg. Op onze derde bijeenkomsten zijn diverse suggesties gedaan om het dreigende tekort in de professionele zorg aan te vullen met informele zorg: mensen bij elkaar in de buurt, die elkaar helpen en samen een 'Voorzorgcirkel' opzetten. Dit sluit aan bij een project in de regio Eindhoven. Dit doen ze door: senioren samen laten bewegen, digi-vaardig te worden, te wandelen, te kletsen en eropuit te gaan. Mensen ontmoeten elkaar regelmatig, ondernemen samen activiteiten en kijken naar elkaar om. Mensen doen minder beroep op de zorg, vallen bijna vier keer minder dan voorheen, voelen zich minder eenzaam en het aantal bezoeken aan de huisarts is gehalveerd. We denken met onze plannen van de 'Voorzorgcirkels' hetzelfde te bereiken en zullen de wethouders vragen of ze bereid zijn dit financieel te ondersteunen.

Intussen willen we als Senioren Heesch verder gaan met alle vragen, opmerkingen en suggesties van alle deelnemers. Voor ons als bestuur zal dat geen gemakkelijke taak zijn: we waren al onderbezet en nu dient zich een derde vacature aan. Carla Admiraal heeft aangegeven om gezondheidsredenen met onmiddellijke ingang te willen stoppen met haar functie als bestuurslid Communicatie.

Wij respecteren dat besluit en danken haar uiteraard voor haar inzet voor onze vereniging. Vooralsnog willen we ervoor waken dat de resterende bestuursleden overwerkt raken.

Daardoor het kan even duren voor we alle reacties verwerkt hebben. We hebben gehoord dat er (te) veel informatie is gegeven over een breed scala aan onderwerpen; het was ook onze bedoeling om senioren te informeren in de breedte – dus veel onderwerpen kort aanstippen. De volgende stap is geïnteresseerden te gaan voorzien van nadere informatie door meer in de diepte te gaan. Heel veel mensen waren geschokt na de eerste bijeenkomst en gingen naar huis met een somber toekomstbeeld. Maar na de tweede en vooral de derde bijeenkomst is dat veranderd. We kunnen prettig ouder en gelukkig worden en blijven als we op tijd zelf maatregelen nemen.

Het is hartverwarmend te horen dat meer mensen bereid zijn om burenhulp te verlenen. Het is geweldig dat er nu al mensen zijn die opstaan en zeggen: ik ga bij mij in de straat zo'n 'Voorzorgcirkel' starten. Elke investering het aangaan van contact levert winst op. We willen als bestuur proberen om een hoog rendement voor dat 'Sociaal pensioen' te realiseren. Samen met onze leden en de andere 55-plussers van Heesch moet dat lukken.

Jack de Groot
bestuurslid Zorg en Welzijn

Senioren Heesch is onze nieuwe naam

HEESCH – KBO Heesch heeft donderdag 13 maart de Algemene Ledenvergadering gehouden. Eén van de agendapunten was een nieuwe naam voor onze vereniging.

Het voorstel wat het bestuur de leden voorlegde is met een grote meerderheid aan stemmen aangenomen: Senioren Heesch.

Senioren Heesch sluit aan bij de nieuwe naam zoals veel andere KBO's in de omgeving (gaan) heten, met name in de andere dorpen in Bernheze.

Ook onze koepel in Den Bosch draagt al de nieuwe naam Senioren Brabant-Zeeland. De commissie 'Nieuwe Naam voor KBO' was het er al snel over eens dat de naam KBO toe was aan een update.



Lees verder



Praat vandaag over morgen



Zorgen over de dag van morgen?!

Op 20 en 21 maart waren er twee bijeenkomsten in het kader van het project 'Praat vandaag over morgen'. Bijna 500 55-plussers van Heesch togen naar de Pas om daar te luisteren naar diverse sprekers én om met elkaar in gesprek te gaan over het opbouwen van sociale netwerken.

Er werd vooraf -op basis van onderzoek onder de deelnemers- verteld dat mensen verwachten dat ze eerder hulp zullen geven dan om hulp zullen vragen als het in de toekomst wat minder wordt qua mobiliteit en praktische vaardigheid. Men is eerder geneigd om gezelschap aan te bieden dan dat men iemand vraagt om gezelschap te houden. Men doet liever boodschappen voor een ander of biedt eerder vervoer aan dan dat men er om zal vragen. We zullen in de toekomst meer moeten durven vragen, want de hulpbereidheid is er wel.

Twee verpleegkundigen schetsten een beeld van de zorg in de toekomst – er zullen steeds minder zorgverleners zijn in verhouding tot zorgvragers, dus er wordt gezocht naar slimme oplossingen om toch de zorg te kunnen geven die gewenst is. Uitgangspunt is: zelf als het kan, thuis als het kan en digitaal als het kan. Er werden slimme snuffjes getoond die het niet noodzakelijk maken om drie keer per dag een wijkverpleegkundige bij iemand langs te sturen voor medicatie, steunkousen en andere zaken.

Lees verder

De eerste Senioren-Heesch middag



16 mei: De eerste Senioren-Heesch middag. KBO Heesch heeft de naam veranderd in Senioren Heesch.

En de KBO-dag is veranderd in een Senioren Heesch middag. Deze is op vrijdag 16 mei 2025!

Traditiegetrouw begonnen we de KBO-dag altijd 's morgens in de kerk met een viering, waarin de namen van de overleden KBO-leden van het afgelopen jaar werden genoemd.

Vorig jaar hebben we met een aantal KBO-leden en ons eigen Con Amore koor deze viering zelf verzorgd. Dit jaar was de kerk daarvoor niet beschikbaar. Daarom heeft het bestuur besloten om het moment van vieren en herdenken te verplaatsen naar de Pas en dat dan te doen in de middag.

Lees verder

Dansen is plezier voor twee

Kom ook naar de gezellige dansavond in CC de Pas in Heesch. Deze avonden worden georganiseerd door Senioren Heesch, in samenwerking met CC de



Pas. De voetjes kunnen elke 2e vrijdag van de maand van de vloer en vrijdag 9 mei is het weer zover!

De dansavonden zijn voor iedere dansliefhebber toegankelijk, lid of geen lid. Er komen al dansers uit de diverse kernen van de gemeente Bernheze, maar ook van daarbuiten. De bekende Heesche dj, Rudolf van Gogh, draait gezellige, dansmuziek en staat garant voor een fijn avondje dansen. Of u nu met een danspartner komt of alleen, u zult op deze avond zeker iemand treffen om samen een foxtrot of een wals te gaan dansen.

Maar natuurlijk bent u ook welkom om alleen naar de muziek te komen luisteren. Gezelligheid en samenzijn, dat is wat telt. De zaal gaat om 19.30 uur open en vanaf 20.00 uur start de muziek. De entreeprijs is 3 euro.

[Lees verder](#)

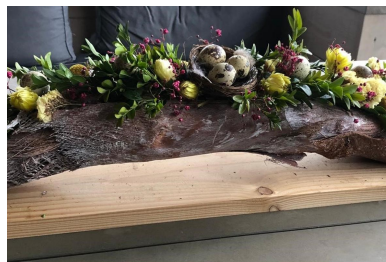
Paasbloemstuk

11 april, op deze stralende dag is het weer erg gezellig in de zaal van de Pas waar een aantal dames wacht op de start van deze middag.

Elke keer weer gaan we met een prachtig stuk naar huis en dat heeft voor nieuwe aanmeldingen gezorgd en zelfs zoveel, dat de groep in tweeën is gesplitst. Een compliment voor Nicolien!!

Vandaag gaan we droogbloemen op een gebogen vorm van tempex aanbrengen.
De bloemen die we hiervoor gaan gebruiken, drogen heel mooi in.

Mooi Paasfeest!
Mardon



[Lees verder](#)

Goede doelen week

De vijfde Goede Doelen Week is dit jaar van 14 april tot en met 19 april 2025.

Doelstelling Stichting Goede Doelen Week Heesch:

De Stichting Goede Doelen Week Heesch organiseert jaarlijks in een week een gezamenlijke collecte voor meerdere erkende Goede Doelen.

Alle deelnemende fondsen zijn in het bezit van het landelijke CBF-keurmerk. Het zijn fondsen op het gebied van gezond of een maatschappelijk/welzijns oogmerk. Met de opbrengst van de collecte worden de activiteiten van de fondsen ondersteund zoals wetenschappelijk onderzoek van uiteenlopende ziekten of maatschappelijk activiteiten.

In alle dorpen van de gemeente Bernheze wordt de Goede doelen Week 2025 gelijktijdig gehouden.



[Lees verder](#)

Verkeersdag Senioren

Veilig Verkeer Nederland, afdeling Maasland, heeft voor donderdag 1 mei 2025 een verkeersdag georganiseerd. De locatie is het Hooghuis Mondriaan College, Mondriaanlaan 1, 5342 CN in Oss

Het programma, wanneer u alleen theorie volgt: • Theorieles volgen i.v.m. de veranderde verkeers- en gedragsregels zoals rotondes, snelweg, voorsorteervakken en taal van de weg.

• Informatie over geneesmiddelen en alcohol bij ouderen in het verkeer. • Een fysio- en een ergotherapeut die functies meet en advies geeft om langer fit te blijven. • U krijgt informatie over veilig fietsen op een e-bike.



Sociale veiligheid



Jack van der Dussen



Netty Slaats-Turlings



Jo Wijnen

In het beleidsplan 2024-2029 is uitgesproken dat het bestuur in deze periode expliciet beleid gaat ontwikkelen op het terrein van sociale veiligheid.

Uitgangspunt daarbij is dat de leden de vereniging ervaren als een tweede thuis. Daarvoor worden algemene gedragsregels geformuleerd en gecommuniceerd.

In de afgelopen periode is een commissie daarmee aan de gang geweest. De gedragsregels zijn inmiddels vastgesteld en terug te vinden op de website. Daarnaast heeft het bestuur een drietal personen bereid gevonden om op te treden als vertrouwenscontactpersoon.

Samen met het bestuur geven ze vorm aan het beleid rond sociale veiligheid. Leden die last hebben van ongewenst gedrag kunnen dat bij een vertrouwenscontactpersoon melden.

Lees verder

Seniorweb met KBO helpdesk

Acht handige apps voor onderweg

Een route vinden, een reis plannen of de natuur ontdekken. Het kan allemaal met apps.

Welke apps moet je echt kennen voor een dagje uit?

[Kijk op de website van seniorweb](#)



De computer helpdesk van Senioren Heesch

Elke maandag geopend van 10.00 - 12.00 uur in de Creapas, in gemeenschapshuis de Pas.

Op maandag 21 april met Pasen is het gesloten.

Gratis cursussen in de bibliotheek

Wilt u beter leren omgaan met de computer en internet? De bibliotheken in gemeente Bernheze hebben cursussen om u daarbij te helpen. U hoeft geen lid van de bibliotheek hiervoor te zijn.

- **Klik en tik:** leer de basis van de computer en internet.
- **Digisterker:** leer omgaan met websites van de overheid. U leert waar u informatie kunt vinden, hoe u een DigiD aanvraagt en hoe u iets bij de gemeente of overheid moet regelen.
- **Digivitaler:** uitleg over digitale zorg. Tijdens de cursus oefent u hiermee. Voor deze cursus is het handig als u al een beetje ervaring hebt met de smartphone, computer of tablet.



Lees verder

De Vlinderstichting



Wat hebben we genoten, die eerste dagen van maart. Heerlijk zonnig weer en op een gegeven moment ook lekker warm.

Na een vrij saaie en grijze winterperiode hadden veel mensen wel behoefte aan wat licht. Ook vlinders werden, door de weersomstandigheden, actief.

Vlinderoverwintersaars zoals de citroenvlinder, dagpauwoog en gehakkelde aurelia. En inmiddels komen ook andere vlinders uit hun pop, zoals het bont zandoogje en het oranjetipje.

Maar ondanks de vreugde van de eerste vlinders zijn er ook veel zorgen.
Dat werd weer duidelijk op onze Landelijke Vlinderdag met het thema 'Werken aan herstel'.
Over de problemen én wat we kunnen doen voor behoud en herstel.

Lees verder

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 Senioren Heesch

Zie hier het jaarprogramma



Seniorenvereniging KBO Heesch



Programma 2025 april en mei

Vaste wekelijkse activiteiten			
	activiteit	waar	tijd
Maandag	Fietsen lang (apr/okt)	kerk	9.00
	Helpdesk	Creapas	10.00-12.00
	Stoel yoga (2x)	De Deel	10.00-11.00 11.00-12.00
	Aan de praat, 1 ^e woensdag	Creapas	14.30-16.00
Dinsdag	Biljarten competitie	D'n Herd	12.30-17.00
	Jeu de Boules (Heesch en Teefelen)		13.30-16.00
	Sjoelen	De Misse	14.00-16.00
	Rummikub	De Misse	14.00-16.00
	Fotoclub, 2 ^e dinsdag	Dorsvloer	14.00-16.30
	Vrij biljarten	D'n Herd	18.30-22.00
	Biljarten 55+	D'n Herd	18.30-22.00
	Kaarten	D'n Herd	19.00-22.00
Woensdag	Keezen	D'n Herd	19.30-22.00
	Nordic Walking		9.30-11.00
	Meer bewegen voor ouderen (2x)	De Misse	10.30-11.30 11.30-12.30
	Bridgen	D'n Herd	13.00-16.00
Donderdag	Fietsen kort (hele jaar)	kerk	13.30
	Samen uit eten (2 ^e wo)	't Venster	17.00-20.00
	Vrij biljarten	D'n Herd	9.00-12.00
	Schilderen	Goekamer	9.00-12.00
	Koor ConAmore	De Misse	10.00-12.00
	Handwerken	D'n Herd	10.00-12.00
	Wandelen in Heesch	De Pas	9.30-11.00
Vrijdag	Wandelen buiten Heesch (3 ^e donderdag)	De Pas	9.00-11.30
	Biljarten competitie	D'n Herd	12.30-17.00
	Biljarten 55+	D'n Herd	18.30-22.00
	Dansen, 2 ^e vrijdag van de maand	De Misse	20.00-23.30
Zondag			
	Hoera het is zondag, elke even week	D'n Herd	11.30-16.00

Speciale activiteiten april		
Zo 20 apr Ma 21 apr	i.v.m. Pasen, geen activiteiten in De Pas	
Wo 2 apr	Aan de praat	Creapas 14.30-16.30
Wo 2 apr	Aan tafel bij Gerda	Eijnderic 17.30-20.00
Ma 7 apr	Bloemschikken	Zaal B 13.00-16.00
Vr 11 apr	Bloemschikken	Zaal B 13.00-16.00
Ma 14 apr	Thema middag: Praat vandaag over morgen	Grote zaal 14.00-16.30
Wo 16 apr	Thema avond: Praat vandaag over morgen	Grote zaal 19.30-22.00
Wo 16 apr	Aan tafel bij Gerda	Eijnderic 17.30-20.00
Vrij 25 apr	Uitdelen INFO	D'n Herd 9.00

Speciale activiteiten mei		
Do 29 mei	i.v.m. Hemelvaart, geen activiteiten in De Pas	
Vrij 2 mei	Uitdelen INFO	D'n Herd 9.00
Zo 4 mei	Bingo	De Misse 14.00-16.00
Wo 7 mei	Aan de praat	Creapas 14.30-16.30
Do 8 mei	Aan tafel bij Gerda	Eijnderic 17.30-20.00
Vrij 16 mei	KBO dag	Grote zaal Tijd n.o.t.k.
Vrij 23 mei	Thema middag	De Misse 14.00-16.30
Wo 28 mei	Aan tafel bij Gerda	Eijnderic 17.30-20.00
Vrij 30 mei	Uitdelen INFO	D'n Herd 9.00

Reserveren van ruimte in De Pas

Opgeven juist emailadres

Aanmelden voor ontvangst
Nieuwsbrief



Facebook KBO Heesch Website KBO Heesch



De eerstvolgende INFO wordt op **2 mei 2025** weer bezorgd.

De eerstvolgende inleverdatum voor kopij voor de INFO is **10 mei 2025**

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

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

Ga naar website Senioren Heesch

Rooster inzenden kopij en ontvangen INFO en Nieuwsbrief

Klik hier voor het ontvangen van de nieuwsbrief

Ons Magazine

Klik hier voor de laatste
Nieuwsbrief Onsmagazine

Klik hier voor de website
Onsmagazine

ons

Senioren Brabant Ons Actueel



Dit is de 2-wekelijkse
nieuwsbrief van
Senioren Brabant.
Belangenvereniging
van 120.000 senioren
in Brabant.
Nieuwe lezers heten
wij 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

Onze begunstigers

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

Secretariaat
communicatie@seniorenheesch.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.

