

AGENDA.

Woe 8 nov. 2023	Maaltijd HeeLekker	Aanvang 13.00 uur Don Bosco, Heel
Woe 15 nov. 2023	Zonnebloemmiddag	Aanvang 13.30 uur Don Bosco, Heel
Vrij 17 nov. 2023	Gezellige Kienmiddag Beegden	Aanvang 13.30 u 't Leuke Beegden. Aanmelden via de bon op pag. 5
Di 21 nov. 2023	Voorlichting "Veilig Internet-bankieren". Toegang voor iedereen	Aanvang 13.30 uur, Don Bosco Heel. Voor iedereen GRATIS toegankelijk. Aanmelden via secretaris.kboheel@gmail.com
Woe 22 nov. 2023	Eten met de Zonnebloem	Aanvang 12.30 uur Don Bosco Heel
Week 47 2023	Volgende Nieuwsbrief verschijnt	
Di 19 dec. 2023	Kerstviering	Nadere info volgt nog!
27 januari 2024	Foroxity: Opera CARMEN	Vóór 1 dec. aanmelden via bon op blz.4

NIEUWE LEDEN.

Mevr. Adler Heel; Mevr. Jeurinck Beegden; Dhr. Theunissen Heel; Mevr. Theunissen-Houtermans Heel

Even voorstellen




Nieuw bestuurslid / Ouderen Adviseur van de KBO-Afdeling Heel.

Beste leden van 'Seniorenver. St Ambrosius' Heel, ik zal mij kort even voorstellen: Mijn naam is Martien Visschers, ben geboren en getogen in Eindhoven. Maar ben al meer dan 13 jaar woonachtig in het mooie dorp Heel in midden Limburg. Ik ben inmiddels alweer bijna 3 jaar geleden gestopt met werken na ruim 41 jaar werkzaam te zijn geweest. Gaandeweg dat ik gestopt ben met werken kwam langzaam aan het bewustzijn bij mij dat ik wel tijd overheb, die ik met mijn hobby's fotografie, modelbouw, fietsen en onze hond Dorus niet helemaal gevuld krijg.

Nu kwam toevalligerwijs 'St Ambrosius' op mijn pad, waar men kandidaten zocht om het bestuur te komen versterken, Misschien iets voor mij dacht ik. Zo kan ik iets betekenen voor de samenleving en de medemens, dit is mooi en dankbaar werk dacht ik bij mezelf. Ik heb dit toen kenbaar gemaakt bij het bestuur van St. Ambrosius, en van het een kwam het ander.

Komende tijd ga ik daarom ook de opleiding volgen tot Ouderen Adviseur waar ik tot einde van dit jaar ongeveer mee bezig zal zijn, hierdoor kan ik nog meer voor de medemens betekenen, en helpen met veel hulpvragen.

Martien Visschers

 0475-557528

Samenvatting van het afgelopen fietsseizoen 2023

Hierbij een samenvatting van het afgelopen fietsseizoen. Ondanks dat er vrijwel gelijktijdig 3 werkgroep



leden ziek werden, hebben wij met dank aan de twee oud werkgroep leden die enkele routes hebben overgenomen, het seizoen toch af kunnen maken. Alleen de geplande Lunchroute is hierdoor niet door kunnen gaan. Wij hebben samen 26 woensdagen gefietst in totaal hebben wij in die 26 dagen 1108 KM afgelegd, dat is gemiddeld per tocht 44,5 KM. Er hebben totaal 692 personen meegefietst wat op een gemiddelde uitkomst van bijna 28 personen per woensdag. Als je per dag het aantal deelnemers

vermenigvuldigd met het aantal kilometers dan hebben wij met zijn allen over 26 dagen een afstand van 31070 KM afgelegd. Verdere bijzonderheden. Op 12 juli werd weer de traditionele culinaire gehouden een goed georganiseerde fietstocht door het fietsparadijs Belgisch Limburg. Met leuke stopplaatsen en aan het einde een geweldig goed verzorgd diner bij Aod Thoar en een lekker ijsje ter afsluiting bij Lenny's ijssalon. De eerste wandelingen hebben al weer plaats gevonden, vertrek elke woensdag om 10,00uur vanaf het Raadhuisplein en wij wandelen 8 KM Wij wensen jullie een goed wandelseizoen toe. **Wij zijn nog altijd opzoek naar verjongende uitbreiding van de werkgroep fietsen en wandelen. Informatie bij de secretaris KBO Heel.**

De werkgroep fietsen en wandelen.

RISK FACTORY LIMBURG-NOORD.

Door een gebrek aan voldoende interesse hebben we helaas moeten besluiten om het geplande bezoek aan de Risk Factory op dinsdag 10 oktober te annuleren.

Eetpunt HeeLekker. WOENSDAG 8 november.



Op woensdag 8 nov. 2023 staan de koks van HeeLekker klaar om voor u een lekkere maaltijd te bereiden. **iedere senior** uit Heel, Panheel, Wesseme, Pol, Osen en Beegden is welkom. Lidmaatschap van de seniorenvereniging is **geen** vereiste. De 2^e woensdag van de maand is een EETPUNT, voor **iedereen** toegankelijk, mits aangemeld. Geef u op via de gebruikelijke antwoordstrook of per e-mail bij Wiel Derkx, Heerbaan 64 Heel; wlam.derkx@kpnmail.nl.

De **aanmeldprocedure** is uitgebreid: Er is naast de bon in de Nieuwsbrief ook nog een Centraal Aanmeldpunt via Cultureel Centrum Don Bosco:

Telefoon 0475 – 57 17 11 of E-mail: info@ccdonbosco.nl



AANMELDEN IS VERPLICHT! Mocht u zich ná 5 november afmelden, dan moet u zelf tóch € 10,- afrekenen bij Don Bosco!

Meldt u tijdig aan en het is ook mogelijk een kennis te vragen om mee te komen. De prijs bedraagt € 10,00 per persoon, exclusief de gebruikte drank. Afrekenen doet u bij Don Bosco contant of via PIN.



Inmiddels is de uitslag van de RABO clubsupport actie bekend. De seniorenvereniging mag een bedrag van € 308 tegemoet zien. In normale omstandigheden had dit weliswaar meer kunnen zijn, maar is dit bedrag niet veel lager dan de raming in de begroting. Nogmaals hartelijk dank voor de medewerking. Lei Hendriks, Penningmeester.

Gezellige Kienmiddag 17 november in 't Leuke, Beegden.



Op vrijdagmiddag 17 november wordt er door Huiskamer Plus, Hoeskamer 't Leuke in Beegden een gezellige kienmiddag georganiseerd. Er zijn kienkaarten te koop van €2,00 en €4,00

Bezoekers van de Open Inloop Beegden en Heel, Seniorenvereniging St. Ambrosius, Buurthulp, Zij-actief en Hoeskamer zijn van Harte Welkom om mee te doen. Vanaf 13.30uur kunt u bij ons binnenlopen en zal de koffie en wat lekkers voor u klaar staan.

Graag opgeven **voor 10 november** via de opgavestroom (pag. 5) of via beegden@huiskamerplus.com

Veilig internetbankieren dinsdag 21 november. (voor iedereen gratis toegankelijk!) Aanmelden is wel verplicht!!



Bankieren via internet is niet meer weg te denken in 2023. In Nederland is dit gelukkig behoorlijk veilig. Toch komt fraude helaas nog voor. Internetcriminelen sturen bijvoorbeeld valse berichten via e-mails en via Whatsapp en doen aan marktplaatsfraude. We ontkomen er echter niet aan om online bankzaken te regelen. Hoe zorg je er dan voor dat dit veilig gebeurt? Wij helpen u hierbij graag op weg. Aan de hand van praktijkvoorbeelden leert u bijvoorbeeld:

- Hoe u internetcriminaliteit herkent
- Welke vormen van internetcriminaliteit er zijn
- In welke situaties u uw gegevens niet moet delen
- Wanneer u een website of e-mail kunt vertrouwen



De bijeenkomst wordt verzorgd door Bibliocenter, in samenwerking met KBO en Regiobank. De bijeenkomst is op dinsdag 21 november van 13.30 tot 15.00 uur in Cultureel Centrum Don Bosco, Monseigneur Savelbergweg 100 in Heel (mensen uit heel Maasgouw zijn welkom). De toegang is GRATIS. Aanmelden is verplicht! Aanmelden kan via secretaris.kboheel@gmail.com.

FOROXYTY BIEDT KORTING VOOR KBO-LEDEN.

KBO-leden kunnen elke 1^e vrijdag-middag van de maand om 14.00 uur en elke 3^e zondagmorgen om 11.00 uur terecht bij de Foroxity Bioscopen in Roermond en Sittard-Geleen. Daar is dan een boeiende film te zien tegen een gereduceerd tarief op vertoon van uw KBO-ledenpas. De entreprijs bedraagt dan geen 8, maar 6 Euro. Voor het programma kijk op www.foroxity.nl

Samen eten met de Zonnebloem.



Ook in oktober kunt u weer komen eten als de vrijwilligers van de van de Zonnebloem koken. Bent u geen gast van de Zonnebloem, dan bent u toch welkom. U bent vanaf 12.15 uur welkom in CC Don Bosco. De maaltijd wordt om 12.30 uur geserveerd.

Voor het eten van **22 november 2023** kunt u zich tot vrijdag 17 november 2023 opgeven. Dit kan telefonisch vanaf 18.00 uur bij de dames Mia Janssen (telefoon 571456) en Ans Brouns (telefoon 572118). De kosten voor de maaltijd bedragen € 10,00 exclusief consumptie. In Don Bosco rekent u de maaltijd plus eventuele consumptie zelf af.

Zonnebloemmiddag 15 november

Woensdag 15 november is er weer een gezellige middag met een vleugje Sinterklaas.

De kosten voor deze bijeenkomst bedragen € 5,00.

De bijeenkomst begint om 13.30 uur. Alle bijeenkomsten die de Zonnebloem organiseert, worden gehouden in het Cultureel Centrum Don Bosco.

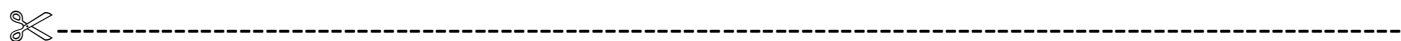
Opgeven kunt u zich tot uiterlijk 10 november via de antwoordstrook. Het strookje plus de € 5,- kunnen in de brievenbus bij Marijke Pals op Sportparklaan 9 in Heel. Mailen kan ook marijkepals@hetnet.nl

Bezoek Opera Foroxity Roermond. (*inschrijf termijn verlengd!*)

Op **zaterdag 27 januari 2024** bestaat de mogelijkheid om Opera **CARMEN (Bizet)** te bezoeken via een live-verbinding met The Metropolitan Opera te New York. Geniet live én in High Definition van de wereldberoemde operavoorstellingen van The Metropolitan Opera. De perfecte beeld- en geluidskwaliteit maken van elke voorstelling een avond om nooit te vergeten! Alle operavoorstellingen bij Foroxity zijn compleet verzorgd. Koffie of thee bij de ontvangst en een drankje tijdens de pauze(s) zijn bij de toegangsprijs inbegrepen. De ontvangst is 30 minuten voor aanvang van de voorstelling.

De kosten voor deze activiteit zijn € 35,00. Bij voldoende belangstelling is carpoolen een mogelijkheid!

Bij interesse graag aanmelden d.m.v. de strook (op pag. 4) **vóór 1 december 2023** in te vullen én het verschuldigde bedrag over te maken!



Opgave-formulier voor deelname aan Opera CARMEN op zaterdag 27 januari 2024.

Ondergetekende.....tel.....wil graag met.....personen deelnemen aan deze activiteit.

Hij/zij zal € 35,00 p.p overmaken op rekeningnummer NL98 RABO 0119 6950 30 van Seniorenver. St. Ambrosius onder vermelding van "CARMEN".

Deze strook graag inleveren vóór 1 december 2023 bij de secretaris op STERPLEIN 1 HEEL. Ook kunt u een mail sturen naar secretaris.kboheel@gmail.com

BELANGRIJK!!! De tickets worden gereserveerd, dit betekent dat bij afmelding géén restitutie mogelijk is. In verband met eventueel carpoolen graag aangeven:

- ik heb voor.....personen vervoer **nodig**.
- ik heb voor.....personen nog **plaatsen vrij** in de auto.

Maaltijd HeeLekker

Aanmelding voor de maaltijd op **woensdag 8 november 2023** in CC Don Bosco; aanvang: 13.00 uur.

Naam:; tel.wil met personen
deelnemen aan de maaltijd op woensdag 8 november.

Betaling € 10,00 p.p. (TE BETALEN – contant of pinnen- NA DE MAALTIJD IN CC DON BOSCO)

Aanmelden kan tot **zaterdag 5 november** via deze bon ingevuld bij Wiel Derkx, Heerbaan 64 in de brievenbus te deponeren. Mailen kan ook: wlam.derkx@kpnmail.nl of via Cultureel Centrum Don Bosco: Telefoon 0475 – 57 17 11 of E-mail: info@ccdonbosco.

Afmeldingen ná 5 november zullen toch € 10,- bij Don Bosco moeten afrekenen!!



Opgave Kienmiddag 17 november, 't Leuke Beegden

Naam:..... Woonplaats:.....

Telefoonnummer:..... komt naar de kienmiddag op 17 november.

Deze bon **vóór 10 november** ingevuld inleveren bij:

HuiskamerPlus, Hoeskamer 't leuke, Leukenstraat 6, 6099 AR Beegden. Mailen mag ook naar:

Beegden@huiskamerplus.com



Aanmeldstrook Zonnebloem middag op 15 november 2023.

Naam:....., tel..... wil metpers. deelnemen.

Aanmelding voor de Zonnebloem middag op woensdag 15 november om 13.30 uur in CC Don Bosco.

Betaling € 5,00 per persoon (graag contant op de middag zelf)

Uiterste aanmelddatum: Voor deze middag kunt u zich tot met vrijdag **10 november** opgeven.

Dit strookje kan in de bus bij Marijke Pals op de Sportparklaan 9 in Heel en mailen kan ook:

marijkepals@hetnet.nl

Mogelijk interessante bijeenkomsten, georganiseerd door

Toeslagen, waar heb ik recht op?

Dinsdag 14 november 2023 van 19:30 - 21:30 uur, Gemeenschapshuis 't Leuke in Beegden.

Weet jij op welke toeslagen je recht hebt en hoe je deze kunt aanvragen? Tijdens deze avond worden verschillende belastingtoeslagen en kwijtscheldingen helder uitgelegd, waaronder huurtoeslag, cultuurtoeslag, zorgtoeslag en kwijtschelding gemeentelijke belastingen. Nico Hoekstra, vrijwilliger bij Bibliocenter, heeft alle informatie overzichtelijk op een rij gezet. In het tweede deel van de avond neemt Anneloes Hannen je mee door de voorzieningenwijzer van Maasgouw.

Aanmelden

Deelname aan de bijeenkomst is gratis en inclusief koffie en thee. Meer informatie of aanmelden kan via de website van Bibliocenter www.bibliocenter.nl/agenda/maasgouw of door te bellen met Carien van Eijden van Bibliocenter, tel. 06-20420823.

BUURTZORG TEAM MAASGOUW.



Als kleinschalig en zelfsturend thuiszorgteam van 6 tot 12 gediplomeerd wijkverpleegkundigen en wijkzakenverzorgenden organiseren wij alles zelf waardoor wij met "korte lijnen" nauw kunnen samenwerken met huisartsen, ziekenhuizen en andere verwijzers om zo samen "de beste zorg thuis" te bieden binnen de mooie dorpen van de Gemeente Maasgouw. Buurtzorg

Team Maasgouw levert professionele verpleging en verzorging thuis, waarnaast ook alle voorkomende verpleegtechnische handelingen.

Heeft u (tijdelijk) thuiszorg nodig, dan kunt u rechtstreeks bellen naar:

BUURTZORG TEAM MAASGOUW, Steenweg 2b, 6019 AX Wessem,

Tel.: 06-57 58 74 48.

E-mail | : maasgouw@buurtzorgnederland.com

VRIJDAG 10 NOVEMBER 2023: DAG VAN DE MANTELZORGER.



Ontmoeten en ontspannen: Met mantelzorg maak jij het verschil!

Graag willen wij ALLE Maasgouwse Mantelzorgers uitnodigen én verwelkomen op de "**Dag van de Mantelzorg**" : een gezellige middag met workshops, live muziek én een warm buffet.

WAAR? Gemeenschapshuis 't Leuke, Leukenstraat 6, Beegden.

HOE LAAT? Van 14.00 uur tot 19.00 uur.



Informatie bij Jerry Sahunilawane: 06 16 36 55 50

AANMELDEN t/m 5 november via e-mail : mantelzorg-maasgouw@welkom.nu

