

AGENDA.

Woe 17 juli	Culinaire Fietstocht	11.30 u. vertrek bij CC Don Bosco; aanmelden uiterlijk 10 juli. Aanmeldstrook pag.4
Di 20 aug	Jaarlijkse Barbeque	18.00 u. Fietscafé De Tump; aanmelden zie pag. 4
Di. 10 sept	Geluksexpress Roerdalen	Vertrek 14.00 uur Gitstappermolen Vlodrop. Eigen vervoer! Aanmelden bon op pag. 5
Wo. 11 Sep	Eetpunt HeeLekker	13.00 u. CC Don Bosco, aanmelden via bon pag 5
Di 8 okt	Bezoek Gouvernement	Nadere info volgt in sept

Meer bewegen voor Ouderen (Gymgroep).



In de maanden juli en augustus is er géén GYM! Ondanks dat we nog volop in de vakantiesfeer verkeren, voor zover dat met dit weer kan, wil ik u alvast herinneren aan de contributie voor komend halfjaar.

De contributie over de tweede helft van 2024 tot en met december bedraagt € 50. Graag deze bijdrage te betalen vóór 1 september op rek.nr. **NL98RABO 0119 6950 30** onder vermelding Gymgroep. Stopt u met deelname meldt u dan tijdig af bij mevrouw Nelly Walschot tel. nr. 572077.

Stem op ons vanaf 2
sept 2024



Rabo Clubsupport 2024

Jaarlijks vindt Rabo ClubSupport plaats. Een initiatief waarbij lokale banken coöperatief dividend teruggeven aan de lokale samenleving via verenigingen en stichtingen in hun werkgebied op basis van een stemming door de Rabobank-leden. Rabo ClubSupport geeft landelijke aandacht aan deze mooie initiatieven bij verenigingen en stichtingen. Zo versterken we de lokale samenleving.

Leden beslissen.

De leden van de Rabo bank bepalen hoe het beschikbare bedrag verdeeld wordt door hun stem uit te brengen op de club(s) van hun voorkeur. Als lid van jouw Rabobank kun je vanaf 2 tot 24 september stemmen op jouw favoriete vereniging of stichting. Ben je nog geen lid van de Rabobank, vraag dan nu jouw lidmaatschap aan, zodat je straks jouw stem uit kunt brengen.

U kunt onze Seniorenvereniging en De Zonnebloem financieel steunen door op beide verenigingen te stemmen. Alvast hartelijk dank.

Bent u lid van de Rabobank?

Dit kunt u controleren in de Rabobank App: kies na het inloggen rechtsonder op Instellingen, klik dan op Mijn Lidmaatschap en u ziet meteen of u lid bent. Ook kunt u hier direct (gratis) lid worden.

Eetpunt HeeLekker



Helaas moesten we de maaltijd van HeeLekker van woensdag 12 juni j.l. afgelasten wegens te weinig deelnemers. Het bestuur van 'De Zonnebloem' had juist op die middag (elke 2e woensdag van de maand is een Senioren Activiteit) een High Tea georganiseerd in zaal Geraets in Grathem en waarschijnlijk kozen 'onze' gasten voor de High Tea. Gelukkig kon Daisy (CC Don Bosco) de bestelde ingrediënten (asperges, ham, eieren, e.d.) nog op tijd afbestellen, waardoor de Seniorenvereniging geen financiële schade heeft geleden.

De afstemming van de activiteit van de Zonnebloem en die van de Seniorenvereniging vertoonde helaas deze keer een 'krasje'. En dit terwijl de planning al een jaar van tevoren vaststaat. De samenwerking tussen Zonnebloem en Seniorenvereniging is goed, maar kan altijd nog beter, zo blijkt maar weer!

Eetpunt HeeLekker start weer op woensdag 11 september 2024.

Op woensdag 11 september 2024 staan de koks van HeeLekker klaar om voor u een lekkere maaltijd te bereiden. **Iedere senior** uit Heel, Panheel, Wesseem, 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. Aanvang 13.00 uur.

Geef u op via de gebruikelijke antwoordstrook of per e-mail bij Wiel Derkx, Heerbaan 64 Heel;

wlam.derkx@kpnmail.nl. of bel 0475-571711, e-mail naar CC Don Bosco: info@ccdombosco.nl.



AANMELDEN IS VERPLICHT en kan tot zaterdag 8 september.

Meldt u zich ná 8 september af, dan moet toch € 10,- bij Don Bosco betaald worden.

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.

17 juli 2024



Een nieuwe culinaire fietstocht met een nieuw logo.

Op woensdag 17 juli vertrekken wij om **11,30 uur** vanaf cc Don Bosco voor onze jaarlijkse culinaire fietstocht. Wij vertrekken richting Baexem en fietsen door het Leudal via Roggel naar **De Belaeving in Helden** voor onze eerste stop voor koffie thee of fris. Daarna gaan we verder door de Heldense bossen en de Meeren naar **restaurant Centraal op de markt in Baarlo** voor koffie cappuccino thee met een lekker stuk vlaai. Na een ruime pauze gaan wij verder door het Maasdal en langs de maas richting **Neer** voor onze derde stop bij **eetwinkel Ambacht of wel de Friedesse molen** voor een verfrissend drankje of een welverdiend pilsje. Daarna fietsen wij door naar de vierde stopplaats **in Horn bij hotel restaurant De Abdij** alwaar voor ons het **diner wordt geserveerd in buffet vorm**. Daar is vooraf de keuze tussen **Tomaten soep of Bouillon soep**. Daarna is er voor u de keuze tussen **zalm of varkenshaas** met de daarbij behorende saus, daarbij **frites en wedges** (aardappel partjes) en de groente **Broccoli spercieboontjes en een salade**. Hierbij een glas wijn of een andere consumptie tot

dezelfde prijs. Onze vijfde stop is daarna bij **Lenny's ijssalon in Heel** wij arriveren hier omstreeks **20,00 uur** Hier besluiten wij traditie getrouw onze culinaire fietstocht en worden wij getrakteerd op **twee bolletjes**

ijs met saus en slagroom In totaal hebben wij dan 64KM gefietst met de nodige rustplaatsen onderweg. Voor de fietsers zijn de kosten € 35,00 p/p

Let op voor de niet fietsers, dus voor ieder lid.

Ieder lid van de senioren vereniging die aan het diner buffet in Horn wil deelnemen kan zich hiervoor ook opgeven en betaalt hiervoor € 20,00 p/p wil je nog meegaan naar Lenny's ijsalon dan zijn de kosten € 24,00 p/p Dit wel duidelijk aangeven bij de opgave. Iedereen moet dan wel op eigen gelegenheid voor vervoer zorgen naar restaurant De Abdij Kerkpad 5 Horn u dient dan om 17,45 uur aanwezig te zijn wij eten om 18,00 uur. U kunt parkeren op het plein voor de kerk dan even het bergje oplopen Abdij staat aan gegeven.

Voor deze activiteit is de **inschrijvingstermijn voor deelname t/m woensdag 10 juli** indien men een vegetarische maaltijd wenst dit ook graag vermelden bij opgave kosten a.u.b. overmaken op rekening **NL 98 RABO 0119 695 030** t.n.v. senioren vereniging onder vermelding CULINAIRE FIETSTOCHT. En te voldoen bij aanmelding via de aanmeld briefjes (achter in deze nieuwsbrief) **Wegens gemaakte afspraken kunnen bij afmeldingen na 12 juli de kosten helaas niet gerestitueerd worden.**

De werkgroep wandelen en fietsen.

BARBECUE 2024 Op dinsdag 20 augustus 2024 vindt wederom onze jaarlijkse B.B.Q. avond plaats!



Hopelijk zijn de weergoden ons dan wel weer goed gezind en kunnen/ mogen we weer GENIETEN van een lekker en goed verzorgd buffet van Slagerij Cox uit Maasniel. Wederom hebben we gekozen voor Fietscafé " De Tump". Iedereen is welkom vanaf 18.00 uur.

Voor deze smaakvolle en gezellige activiteit vragen we van onze leden een eigen bijdrage van € 20,00 per persoon. Introducéés betalen € 25,00 per persoon. De consumpties zijn voor eigen rekening!

AANMELDEN EN BETALEN VOOR 13 AUGUSTUS 2024, d.m.v. bijgaand opgave-formulier. **Mocht u zich na 13 augustus afmelden dan volgt er geen restitutie van uw eigen bijdrage.**

GELUKSEXPRES 10 SEPTEMBER 2024.



Voor de maand september is er een rit met de **GELUKSEXPRES** gepland. Deze vindt plaats op dinsdag 10 september 2024. We starten en eindigen in Vlodrop bij de Gitstappermolen, waar we op eigen gelegenheid naar toe gaan. Carpoolen is natuurlijk mogelijk en wenselijk!!!

Om 14.00 uur start onze rit met 2 treinen, waar ook plek is voor enkele rolstoelgebruikers en een aantal rollators. Bij iedere trein gaat een gids mee en ook is er een pauzeplek ingepland met koffie en vlaai.

Terugkomst bij de Gitstappermolen zal ongeveer om 16.30 uur zijn.

De kosten voor deze middag zijn € 17.50. Hij/zij zal **vóór 28 augustus 2024** € 17,50 p.p. overmaken op Rekening nummer **NL98 RABO 0119 6950 30** t.n.v. Seniorenvereg. St. Ambrosius, onder vermelding *Geluksexpress*. Opgave kan d.m.v. het aanmeldstrookje of een mail naar de secretaris, maar wel **vóór 28 augustus 2024!!!!**

Er zijn helaas maar 40 plekken beschikbaar, duswacht niet te lang met aanmelden!!!

Nieuwsbrief juli/augustus 2024, blz. 3

Dinsdag 8-10 2024 Bezoek Gouvernement Maastricht.

Dinsdag 8-10-2024 staat een bezoek aan het Gouvernement in Maastricht in de planning. We krijgen daar een rondleiding. Noteer deze datum alvast in uw agenda. In de nieuwsbrief van september kunnen we uitvoerige informatie geven over kosten e.d.

Opgave voor deelname aan de Culinaire Fietstocht op woensdag 17 juli 2024

Ondergetekende..... tel:.....wil graag metpersonen*) deelnemen aan de Culinaire fietstocht. *) *svp aantal invullen.*

Naam fietser: Vegetarisch menu Ja / Nee **)

Naam fietser: Vegetarisch menu Ja / Nee **)

De deelnamekosten per deelnemende fietser bedragen € 35,00 p.persoon.

Opgave en de verschuldigde kosten moeten vóór 11 juli binnen zijn!!!

%%%%%%%%%

Ik neem NIET deel aan de fietstocht, maar wel aan het diner te Horn en evt. ijsje bij Lenny

Naam : Vegetarisch menu Ja / Nee **) Ijsje bij Lenny Ja/Nee **)

Naam : Vegetarisch menu Ja / Nee **) Ijsje bij Lenny Ja/Nee **)

Deelnamekosten Diner Bedragen € 20,- / Diner plus Ijsje bedraagt €24,00 p. persoon. Ik zorg voor eigen vervoer naar en van Horn!

De verschuldigde kosten voor deelname **vóór 11 juli** overmaken op **Rek. no. NL98 RABO 0119 6950 30 t.n.v. Seniorenver. St. Ambrosius.** Vermeld als omschrijving CULINAIRE FIETSTOCHT.

Dit ingevulde briefje **vóór 11 juli** inleveren bij het secretariaat: G.Verlaek, Sterplein 1 Heel tel: 06-36335302 U kunt ook een mailtje sturen met dezelfde informatie naar secretaris.kboheel@gmail.com

****)** doorhalen wat niet van toepassing is.

Bij afmelding NA 11 JULI wordt geen restitutie meer verleend, in verband met gemaakte afspraken

OPGAVE VOOR DEELNAME AAN DE B.B.Q. OP DINSDAG 20 AUGUSTUS 2024.

ONDERGETEKENDE.....TEL.....

WIL GRAAG METPERSONEN DEELNEMEN AAN DE B.B.Q. OP 20 AUGUSTUS 2024.

BIJ ALLERGIE / DIEET OF ANDERE AANPASSING DIT GAARNE HIER VERMELDEN.....

HIJ/ZIJ zal € 20,00 p.p. OVERMAKEN OP REKENING NUMMER **NL98 RABO 0119 6950 30.**

EVENTUEEL NAAM INTRODUCEE..... HIJ/ZIJ zal € 25,00 p.p. OVERMAKEN OP REKENINGNUMMER **NL98 RABO 0119 6950 30.**

BELANGRIJK!!!

DIT INGEVULDE BRIEFJE **VÓÓR 13 AUGUSTUS 2024** INLEVEREN BIJ DE SECRETARIS OP STERPLEIN 1 HEEL. OOK KUNT U EEN MAIL STUREN MET DEZELFDE INFORMATIE NAAR secretaris.kboheel@gmail.com

Opgave voor deelname aan de GELUKSEXPRES op dinsdag 10 september 2024.

Ondergetekende.....Tel.

Wil graag metpersoon/personen deelnemen aan deze rit.

Hij/zij zal vóór 28 augustus € 17,50 pp overmaken op rekeningnummer NL98 RABO 0119 6950 30 t.n.v.Seniorenvereniging St. Ambrosius, onder vermelding van Geluksexpress.

BELANGRIJK: aanmelden én betalen **voor 28 augustus 2024**, d.m.v. strookje inleveren bij de secretaris op STERPLEIN 1 HEEL of een mailtje sturen naar secretaris.kboheel@gmail.com op er is maar een beperkt aantal plaatsen

Maaltijd HeeLekker

Aanmelding voor de maaltijd op woensdag 11 september 2024 in CC Don Bosco; aanvang: 13.00 u.

Naam:; tel.wil met personen deelnemen aan de maaltijd.

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

Aanmelden kan tot zaterdag 8 september via deze bon ingevuld bij Wiel Derkx, Heerbaan 64 in de brievenbus te deponeren. Mailen kan ook: wlam.derkx@kpnmail.nl



Kijk ook eens regelmatig op www.kboheel.nl
Daar vindt u actuele Informatie en ook eventuele wijzigingen van onze activiteiten.