

De Nieuwsbron

Van het bestuur

We hebben voor de komende maanden weer een aantal mooie en interessante activiteiten op het programma staan. In de volgende Nieuwsbron informeren we u over onze uitgestelde jaarvergadering van 6 oktober. Noteer alvast de datum.

Colofon

Secretariaat: John Buskens
Maastrichterbaan 13
6163 MA Geleen
☎ 06 53 35 53 49
kbooudgeleen@live.nl
www.kbooudgeleen.nl

Bankrekening:

NL 79 RABO 01160.99.194

Ouderenadviseur:

Harrie Vaasen ☎ 06 51 01 02 07
@ harrievaasen@kbooudgeleen.nl

Belastinginvoerders:

Harrie Vaasen ☎ 06 51 01 02 07
@ harrievaasen@kbooudgeleen.nl

John Buskens ☎ 06 53 35 53 49
@ johnbuskens@kbooudgeleen.nl

Soosbeheer:

Voor reserveringen en informatie:
Rein Dolstra ☎ 06 27 62 39 45
@ maredol52@gmail.com

Wij zijn weer Open!

Afgelopen maand zijn we gestart met stapsgewijs opstarten van onze activiteiten. Inmiddels zijn de groepen volksdansen, yoga en koersballen weer gestart. De bridge- en kaartgroep hebben besloten in september te starten. Ook hebben we sinds lang weer samen kunnen eten. Mede als gevolg van onduidelijk beleid met betrekking tot een aantal activiteiten zoals zingen hebben we het overleg hierover moeten uitstellen. Gelukkig is er sinds afgelopen week weer veel meer mogelijk en zullen we dan ook op korte termijn met betrokken groepen om de tafel gaan zitten. We merken wel dat er nog een zekere schroom is om elkaar weer te ontmoeten. We zijn echter van mening dat we, rekening houdend met de basisregels, veilig bij elkaar kunnen komen, maar.....



We moeten, ook al zijn we gevaccineerd, ons wel aan de basisregels blijven houden: handen wassen, afstand houden en thuisblijven en testen bij klachten!

Bijeenkomst: Veilig fietsen begint bij jou!

Bij ongevallen waarbij geen motorvoertuigen zijn betrokken, lopen vooral oudere fietsers risico om gewond te raken. Ongeveer de helft van de ongevallen wordt namelijk mede veroorzaakt door (onveilig) gedrag van de fietser. Vooral oudere fietsers lopen een verhoogd risico om ernstig gewond te raken. Dit heeft onder meer te maken met de achteruitgang van vaardigheden op het gebied van



zicht, gehoor, reactiesnelheid, spierkracht en evenwicht bewaren. Voor een deel weten ouderen die verminderende vaardigheden te compenseren door ervaring. De sterke toename van het gebruik van e-bikes zal daar ongetwijfeld ook aan hebben bijgedragen. Veiligheid heeft niet alleen te maken met fysieke aspecten, maar ook met gedrag. Meer dan voldoende redenen om deel te nemen aan een voorlichtingsbijeenkomst verzorgd door Frans van Montfoort. Hij zal ingaan op gedragsregels, verkeersregels en groepsafspraken (bij samen fietsen).

De bijeenkomst is **woensdag 7 juli om 10.30 uur** in 't Heukske.

Wij zorgen voor de koffie en vlaai en uw bijdrage is € 2,50 te voldoen tijdens de bijeenkomst. Wel graag **vóór** dinsdag 6 juli aanmelden. Dat kan bij **Rein Dolstra** 06 27 62 39 45 of **maredol52@gmail.com**

Tegeltjeswijsheid

In de aanloop naar de Tweede Kamerverkiezingen hebben een groot aantal leden gereageerd op de vraag hun mooiste spreuken en wijsheden naar de Unie KBO op te sturen. Maar liefst 832 spreuken werden ontvangen en alle 150 Kamerleden hebben naast de winnende spreuk één voor hen passende aantal spreuken ontvangen.

Een mooie actie! Een volledig overzicht vindt u op de site van kbo-pcob



Samen op de fiets



Op **zaterdag 10 juli** vertrekken we om **10.30 uur** vanaf 't Heukske voor een ontspannen fiets-tocht. Els en Frans Held staan weer garant voor een mooie tocht met een bezoek aan onze westerburen. De lengte is ca. 40 km. Onderweg staat een lunch voor u klaar. In verband met de verkeersveiligheid is het maximaal aantal deelnemers 15.

Voor de lunch onderweg is de eigen bijdrage voor leden € 7,50 en voor niet-leden € 12,50

De kaartverkoop is op **woensdag 30 juni van 14.00 – 15.00 uur in 't Heukske**. Bent u die dag verhinderd dan kunt u tot 5 juli contact opnemen met

Els Held 046 474 53 11 of elsheld@hotmail.com

Wat de pot schaft!

Afgelopen maand konden we na een jaar weer samen genieten van onze maandelijkse maaltijd. Op **woensdag 14 juli en 11 augustus om 12.30** staat in 't Heukske het diner weer voor u klaar. Wij zorgen dat u veilig aan kunt schuiven. In verband met de corona-maatregelen is het aantal deelnemers beperkt tot 18 personen. Voor € 10,00 kunt u genieten van een mooi driegangenu.



Aanmelden voor 10 juli resp. 7 augustus bij
Bea Spijkers 06 20 44 25 41 of spijkers.b@home.nl

Wandelen



Het afgelopen jaar was Corona de grote spelbreker en op woensdag 16 juni gooide het tropische weer roet in het eten. We houden echter vol. Op veler verzoek vervallen de wandelingen van 10 km en lopen we iedere maand 5 km. De volgende wandeling is op **woensdag 21 juli**. We vertrekken om 13.00 uur vanaf 't Heukske. Het aantal deelnemers is beperkt tot 15 – 20. Ook tijdens het wandelen houden we ons aan de basisregels.

Aanmelden: Rein Dolstra 06 27 62 39 45 of maredol52@gmail.com

Wandeling Pater Karel



Het is een mooie traditie om medio augustus te wandelen naar Pater Karel. We zijn blij dat we deze traditie dit jaar weer kunnen oppakken. Vooral ook vanwege het feit dat 2021 een feestelijk en bijzonder jaar is. De passionisten vieren de driehonderdste verjaardag van de stichting van hun congregatie en ze vieren dat Heilige Pater Karel 200 jaar geleden is geboren.

Dit jaar is dat op **woensdag 18 augustus**. De start is om **14.00 uur** bij 't Heukske. Het is verstandig om een paraplu mee te nemen (je kunt nooit weten in ons klimaat). Bij terugkomst is er koffie, vlaai en een broodje. Voor degenen die niet goed ter been zijn en graag meegaan, kunnen we voor vervoer zorgen. Wel aangeven op het aanmeldingsformulier. Wilt u alleen aan de koffietafel deelnemen dan kan dat ook, u bent dan welkom om **15.30 uur** in 't Heukske.

In verband met de Corona-basisregels is het aantal deelnemers helaas beperkt tot 25.

De eigen bijdrage is € 5,00 Aanmelden op **4 augustus** van 14.00 – 15.00 uur in 't Heukske of vóór 1 augustus bij
Els Held 046 474 53 11 of elsheld@hotmail.com

Pas op: aanmelding is pas defenitief na betaling (contant of per bank).

Kwajongconcours



Na de gedwongen Coronapauze nemen we komend najaar de draad weer op met het traditionele KBO-kwajongconcours voor het kampioenschap van Oud-Geleen. Er wordt elke vrijdagmiddag van 13.30 tot ca. 16.30 uur gekaart in 't Heukske. We starten vrijdag 3 of 10 september en de competitie duurt tot half maart volgend jaar. De exacte begin- en einddatum zijn afhankelijk van het aantal deelnemers. Het lidmaatschap van de KBO-afdeling Oud-Geleen is een vereiste om te mogen deelnemen en enige ervaring met het kaartspel is wenselijk. Er wordt met name een beroep gedaan op de vrouwelijke leden. De afgelopen jaren waren zij namelijk beduidend in de minderheid in vergelijking met de mannelijke kaartspelers. Leden van andere KBO-afdelingen kunnen ook deelnemen. Zij moeten dan gastlid worden en betalen een jaar-

lijkse contributie van € 10,00.

Per kaartronde wordt van de deelnemers een bedrag van € 2,00 gevraagd als bijdrage in de kosten die de organisatie maakt voor printwerk, aanschaf materialen, attenties, prijzengeld enz.

Ook zijn wij naarstig op zoek naar invallers. Als een hele competitie voor u te veel van het goede is en u wilt slechts af en toe eens kaarten, dan bent u van harte welkom als invaller.

Voor nadere informatie en/of aanmelding (uiterlijk 20 augustus a.s.) kunt u terecht bij
Joep Jorissen tel. 06 54 39 66 32 of e-mail joepjorissen@ziggo.nl

Yoga in 't Heukske



Doordat yoga niet prestatiegericht is, is het uitermate geschikt voor ouderen. Naarmate de leeftijd vordert, worden de gewrichten stijver. De doorbloeding van de spieren wordt minder en stijfheid kan optreden. Door onbelaste bewegingsoefeningen te doen zal de energie weer gaan stromen. Yoga biedt veel positieve effecten zoals stressvermindering, verbeterde ademhaling, verlichting van pijn, beter slapen, lenigheid en innerlijke rust. De oefeningen zijn rustig, niet te lang en niet te zwaar. Het zachte karakter van de yogalessen maakt deze bijzonder geschikt voor degenen die yoga aangepast aan hun leeftijd willen doen.

Er zijn nog enkele plekken vrij!

Kom vrijblijvend naar een gratis proefles en ervaar de positieve uitwerking op lichaam en geest.
Lestijd: Dinsdag groep 1: start 13:00, groep 2 start 14:15, groep 3 start 15:30.

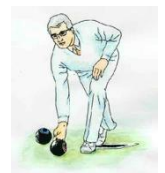
Locatie: 't Heukske, J. Willenstraat 1 Geleen.

Kosten: € 37,72 per kwartaal

Aanmelden via Ecsplora: mbvo@ecsplora.nl Telefoon 046 - 475 72 61 of bij de docent op de locatie.

Koersballen

In de groep van dinsdagavond is nog voldoende plek om op een ontspannen manier samen te spelen. Wilt u meer weten hoe een en ander speelt of wilt u eens op proef meedoen neem dan contact op met John de Kort 046 750 18 64.



Let op: Aanmelden voor activiteiten

Het komt regelmatig voor dat mensen zich op het laatste moment aanmelden. We gaan verplichtingen aan met externe leveranciers. Dat betekent dat we in de meeste gevallen helaas nee moeten verkopen. Naast de kaartverkoop bieden we ook de mogelijkheid om rechtstreeks aan te melden.

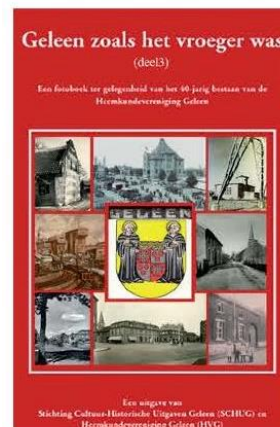
Dan is het belangrijk om de sluitingsdatum wel aan te houden!

Fotoboek

De Heemkundevereniging heeft onlangs het derde en laatste deel van de serie ‘Geleen zoals het vroeger was’ uitgegeven. Dit deel omvat 144 pagina’s met meer dan 300 foto’s. Het fotoboek kan per e-mail besteld worden voor € 19,95 exclusief bezorgkosten à € 4,95. Stuur een e-mail naar fotoboek@heemkunde-geleen.nl met je naam, postcode en huisnummer. Vermeld ook of je het fotoboek wilt ophalen of dat het boek moet worden bezorgd!

Het verschuldigde bedrag dient gelijktijdig te worden overgemaakt op bankrekening NL44 INGB 000 12 38 985 t.n.v. Heemkundevereniging Geleen, **met vermelding van naam, postcode en huisnummer.**

Afhalen in het Heemkundelokaal in de Jupiterstraat 35a en wel op maandag / donderdag van 14.00 -15.30 uur en dinsdag van 19.00 – 20.00 uur.



Programma september – december 2021

<p>September</p> <p>08 ‘Wat de pot schaft’ 15 Wandeling 5 km 22 Busreis naar Biesbosch en ‘s Hertogenbosch 26 Fietstocht</p>	<p>November</p> <p>04 Vrijwilligersoverleg 07 Zondag instuif 10 ‘Wat de pot schaft’ 17 Wandeling 5 km</p>
<p>Oktober</p> <p>06 Jaarvergadering 13 ‘Wat de pot schaft’ 20 Wijnfeest 27 Wandeling 5 km</p>	<p>December</p> <p>08 ‘Wat de pot schaft’ 15 Wandeling 5 km 16 Workshop kerststukjes 19 Kerstviering</p>

Leven



*Leven dat is zien met je ogen open,
 leven is zien dat je voeten lopen,
 leven dat is zien, leven is horen,
 weten dat je niet voor spek en bonen bent geboren.*

Uit: Toon Hermans z'n mooiste levenswijsheden.

Aanmeldingsformulier voor Pater Karel Wandeling op 18 augustus

Naam: Adres:

Aantal: x € 5,00 =

- Ik wandel mee (vertrek 14.00 uur)
 Ik kom alleen naar de koffietafel (om 15.30 uur)
 Ik wil graag met de auto mee

Formulier inleveren op **woensdag 4 augustus** van 14.00 – 15.00 uur in ‘t Heukske .

Voor nadere informatie of telefonisch bestellen kunt u terecht bij
 Els Held 046 474 53 11 of elsheld@hotmail.com