



Voorwoord van de voorzitter



Dag allemaal.

Het is vandaag 25 februari en het is al een aantal dagen mooi weer. Morgen wordt er zelfs 18 graden voorspeld, wel uitzonderlijk voor februari. Op 20 maart zijn er verkiezingen voor

de Waterschappen en de Provinciale Staten. Maar ook indirect voor de Eerste Kamer. De Eerste Kamer keurt de voorgestelde wetswijzigingen van de Tweede Kamer (het Nederlandse Parlement) goed of af. De Eerste Kamer wordt trapsgewijs gekozen. Dus niet rechtstreeks zoals de leden van de Tweede Kamer, maar via de nieuwgekozen leden van de politieke partijen in de Provinciale Staten. Voor ons zijn dit dus de kandidaten die op 20 maart gekozen worden voor de Provincie Noord-Brabant. De huidige regering is bang, dat zij haar meerderheid in de eerste Kamer verliest. Door het regering- en overheidsbeleid wordt de burger allerlei heffingen opgelegd, zoals op energie, btw op de eerste levensbehoefte, stijging van zorgkosten, et cetera, maar ook stijging van Waterschapslasten, provinciale lasten zoals opcenten motorrijtuigen belasting en stijging van gemeentelijke tarieven zoals OZB en afvalstoffenheffing, tasten de koopkracht van de burger in 2019 aan. Terwijl de politiek een ander geluid laat horen aan de burger, geven ze gewoon op bepaalde onderdelen (energiekosten) toe dat zij zich hebben vergist, maar er verandert niets voor de burger. Dus is dit het moment om het Gele Hesje aan te trekken (als u daar behoefte aan heeft) om een krachtige proteststem uit te brengen aan de huidige regeringspartijen (VVD, CDA, D'66 en de CU), die samen de regering vormen. Een stemadvies op andere partijen geef ik niet, dit moet u zelf bekijken op de stemlijsten, die u thuisgestuurd krijgt samen met het stembiljet. Ik wens u veel wijsheid toe bij het stemmen.

U gaat toch ook?

Ook belangrijk, heeft u zich al ingeschreven voor de korte dagtocht op 21 maart naar Steyl?

Johan Flemminks Smid,
Voorzitter.

In Memoriam

Mevrouw G. van de Rijt-Beekers. Zij is zaterdag 16 februari 2019 op 99-jarige leeftijd overleden. Zij was 2 ½ jaar lid van KBO-Brouwhuis en was ons oudste lid. Ons medeleven gaat uit naar de nabestaanden.



25-Jarig lidmaatschap

Een afvaardiging van het bestuur heeft een bezoek gebracht aan Annie Geenen-Mollemaans. Zij is 25 jaar lid van de KBO (24 jaar van Bernadette en 1 jaar van Brouwhuis (vanaf 2016 gastlid geweest bij ons). Annie was volledig verrast met de oorkonde en het boeketje bloemen. Ze vond het heel mooi en attent. Van harte gefeliciteerd.



Nieuwe leden

Mevrouw Jocelyne Pover-Robert
Mevrouw Mien van Dijk-van Aerle

Colofon circulaire KBO-Brouwhuis

Redactie Albert Coppens
Johan Flemminks Smid
Kopij info@kbo-brouwhuis.nl
o.v.v. kopij circulaire

Seniorenvereniging KBO-Brouwhuis

Secretariaat Bruhezerweg 23
5704 CM Helmond
Tel. 0492 547 749
Mob. 06 51952856
Email info@kbo-brouwhuis.nl
Website www.kbo-brouwhuis.nl
Bankrekening NL57RABO 0154 50 53 82

Ledenadministratie tel. 0492 515 282
E-mail pietmeulendijks@live.nl

De heer Johan Peters
Mevrouw Gerda Leijten-van den Biggelaar
De heer Jan Swinkels
Mevrouw Lucie Swinkels-van Duijnhoven

We heten de nieuwe leden van harte welkom en hopen dat we ze bij veel KBO-Brouwhuis activiteiten mogen ontmoeten.

WELKOM

Noodkreet

Albert Coppens heeft aangegeven dat het allemaal teveel wordt en gaat het maandelijks schrijven en samenstellen van de circulaire en het organiseren van de dagtochten aan anderen overlaten. Gelukkig blijft hij bij KBO-Brouwhuis wel de functie van penningmeester vervullen en blijft hij de coördinatie van het PC-DoeMeeCentrum doen. Omdat Albert stopt met genoemde activiteiten na de algemene ledenvergadering zijn wij dringend op zoek naar mensen die stukjes kunnen schrijven en/of de circulaire op kunnen maken. Laten we ervoor zorgen dat onze prachtige maandelijkse circulaire gecontinueerd kan worden. Aanmelden of vragen bij het secretariaat.



We gaan weer fietsen

Nu de winter 'op haar laatste benen loopt' is het tijd om de stramme spieren weer los te gaan trappen. Vanaf maandag 1 april kan dat bij KBO-Brouwhuis, dan start de fietsgroep weer met de eerste ritten. Op maandag kan men wekelijks fietsen en maandelijks op de eerste donderdag van de maand. De eerste keer donderdag 4 april. Om het ook voor onze leden in Rijpelberg en Dierdonk makkelijker te maken wordt er vertrokken vanaf station Brouwhuis. Het vertrek is telkens om 13.15 uur en de eerste maand zal de afstand tussen de 25 en 30 kilometer liggen. Hierna zal men deze



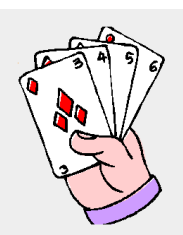
verhogen tussen de 30 en 35 kilometer. De snelheid wordt aangepast aan de langzaamste deelnemer en bedraagt normaal tussen de 13 en 15 kilometer per uur. Tijdens de tocht wordt in overleg één of twee keer een pauze ingelast. Vanaf het begin meedoen is natuurlijk het fijnste. Je kunt dan samen bepalen hoe e.e.a. ingevuld gaat worden. Stof je rijwiel af en doe mee!

Supportactie

De SupportActie is een ideale mogelijkheid om uw favoriete vereniging, aansprekende organisatie of goed doel doorlopend te steunen. Door het kopen van loten steunt u niet alleen de organisatie, maar maakt u zelf ook kans op prachtige prijzen. Een lot kost € 5,50 waarvan maar liefst **80%** rechtstreeks ten goede komt aan de door u gekozen organisatie! Ook KBO-Brouwhuis dus. U kunt zich natuurlijk ook rechtstreeks via de website www.supportactie.nl aanmelden als Supporter. Wanneer u zich aanmeldt, kunt u zelf de deelnemende organisatie of vereniging kiezen die u graag wilt steunen. U bepaalt zelf met hoeveel loten en trekkingen u meespeelt. Na uw aanmelding incasseert de SupportActie het bedrag van uw bankrekening, uitsluitend voor het door u gekozen aantal loten en trekkingen. Op uw bankafschrift vindt u uw lotnummer(s) en de naam van het doel dat u steunt. Als u met de loterij een prijs wint, krijgt u automatisch uw prijs overgemaakt of uitgereikt. Na iedere trekking maakt de SupportActie **80%** van uw inleg over naar het door u gesteunde doel, in dit geval dus KBO-Brouwhuis. De trekkingen vinden plaats na afloop van ieder kwartaal. Uw deelname geldt tot wederopzegging. Steun KBO-Brouwhuis en meldt u aan als Supporter!

Rikers gezocht

Elke dinsdagmiddag wordt er in De Loop op enkele tafels gerikt. Men begint om 13.00 uur en men kaart meestal tot 16.30 uur. Op dit moment is er weer behoefte aan wat aanvulling. Wie wil gaan



deelnemen aan deze gezellige activiteit? Loop gewoon eens binnen en ga de sfeer eens proeven.

Amusant optreden El Magico

Voor de maandelijkse activiteit op woensdag had het bestuur gekozen voor een optreden van goochelaar El Magico. Voor dit optreden kwamen, ondanks de voorspelling voor zware sneeuwval, toch nog bijna 40 leden op woensdag 30 januari naar De Loop. Na de koffie, die aangeboden werd door KBO-



Brouwhuis, begon de goochelaar met zijn interactief optreden. Bij het optreden werd de zaal ruim betrokken. Zo lukte het de voorzitter niet om de show te openen met het doorknippen van een lint. Een lachsalvo klonk door de Loop. Vooral het "laten verdwijnen" van de propjes papier voor Henk liet de zaal schaterlachen. Dit kwam vooral doordat de zaal precies zag hoe de truc werkte en Henk dit niet kon zien. Tot vier uur bleef El Magico het publiek boeien en werd daarvoor beloond met een (in scene) gezet applaus. Absoluut een goed begin van de maandelijkse activiteiten in 2019.

Geslaagde Carnavalsmiddag



Op zaterdag 16 februari werd de jaarlijkse, door de Brouwhazen georganiseerde, seniorenmiddag goed bezocht. Ook waren er veel KBO-leden aanwezig. Een aantrekkelijk programma en goed verzorgd. Naast optredens van de dansgardes en enkele kletsers en groepen beklom ook onze eigen Rien Verhoeven het podium. Na afloop was er namens de KBO nog een dankwoord voor de organiserende Brouwhazen. Volgend jaar weer?

Apneu: snurken doe je vaak niet alleen...

Op 27 februari vond er een door KBO-Brouwhuis georganiseerde lezing plaats in wijkhuis De Loop over Apneu. De presentatie werd verzorgd door Jos Beers van de Apneuvereniging Nederland. Apneu is meestal een slaapstoornis van minimaal tien seconden. Het snurken kan erg hinderlijk zijn, al kan men ook een apneu hebben zonder snurken. Het komt zelfs voor bij baby's en kleine kinderen. De klachten kunnen zijn: vermoeidheid, irritatie, transpireren, vergeetachtigheid, ademhalingstops of stress. Ook is er de mogelijkheid van in slaap vallen voor de televisie en achter het stuur van de auto of tijdens lezingen of vergaderingen. Vaak



denkt men dan aan een burn-out of depressies. Mensen met onbehandelde apneu geven meestal de partner de schuld. Ik snurk

niet, dat doet hij (of zij) wordt er dan geopperd. En denken dan vaak dat er niets aan te doen is. Voordat de diagnose vastgesteld wordt loopt men al gauw vijf jaar of langer rond en soms met fysieke klachten zoals hoge bloeddruk of een hoog cholesterol die daarna weer kunnen leiden tot lichamelijke klachten zoals diabetes, hartklachten of hart- en herseninfecten. Er zijn drie soorten apneu mogelijk. Dit zijn de obstructieve slaapapneu, de centrale apneu en de mixt apneu. Laatstgenoemde is een combinatie van de eerste twee soorten. Er is goed te leven met apneu en is eveneens goed te behandelen. Daar zijn diverse

hulpmiddelen voor zoals als onder andere maskers. Als men vermoedt dat er apneu in het spel is wordt men aangeraden naar de huisarts te gaan. Deze zal dan een verwijzing naar een slaapcentrum voor een slaaptest geven voor een juiste diagnose. Voor meer informatie kunt U de website bezoeken: www.apneuverenigingnederland.nl

Er is binnenkort ook nog een lezing over apneu, namelijk op 25 maart in het Elkerliek ziekenhuis in Helmond.

Hans Choufoer

Rommelmarkt "Van alles wa"

Denkt u nog aan het bezoeken van onze rommelmarkt op zondag 17 maart van 10.00 tot 14.30 uur in wijkhuis de Brem Rijpelplein 1? U kunt er alles op nalezen in de vorige circulaire. De toegangsprijs is slechts één euro per persoon.

Korte Dagtocht op donderdag 21 maart

Voor deze korte dagtocht kunt u zich nog tot 15 maart aanmelden. U leest alles over deze tocht in de vorige circulaire. Voor de leden die zich nog niet aangemeld hebben, plaatsen we de bon met de informatie onderaan deze circulaire nogmaals.

Nieuws van KBO-Kring Helmond

Opmerkingen en/of suggesties zijn welkom via het secretariaat van de kring:

secretaris@kbo-kringhelmond.nl

Hart voor Ouderen

Een museumbezoek, samen schilderen, verhalen delen. Cultuur maakt je blij, geeft je een goed gevoel en brengt mensen samen. Je bent nooit te oud om te leren, te ervaren of samen te genieten!

Het Fonds voor Cultuurparticipatie heeft Helmond aangewezen als één van de zes Age Friendly Cultural Cities in 2018 en 2019.

In 2019 bieden de grote culturele partners in Helmond, Kunstkwartier, Museum Helmond, Theater Speelhuis, Bibliotheek en Cacaofabriek, samen een uitdagend programma aan voor ouderen. Zodat iedereen actief kan meedoen met kunst en cultuur. Het initiatief is bedoeld voor mensen

die normaal geen gebruik maken van het culturele aanbod, bijvoorbeeld omdat ze alleen zijn of minder mobiel.

De eerste programmareeks is van medio maart tot en met eind april. Zes weken lang een culturele toertocht door de stad.



Het doel van dit initiatief is de ouderen en met name de kwetsbare ouderen een mooie gelegenheid voor een fijn uitstapje te geven. Voor het volledige programma en de prijzen zie de website www.langleve-cultuur.nl. Heb je nog vragen over het programma? Je kunt in de ochtend bellen op dinsdag, woensdag en donderdag naar Liesbeth Daub tel. 702625. Als vervoer moeilijk te regelen is, neem dan contact op om samen te kijken naar vervoersmogelijkheden. Al de locaties zijn rolstoeltoegankelijk. Folders zijn ook aan te vragen via het secretariaat van uw KBO-afdeling. We doen zeker een beroep op onze leden om samen met iemand, die anders niet zo gemakkelijk naar een museum, film ed. gaat, gebruik te maken van dit aanbod. Voor enkele programma's geldt 1 plus een gratis toegang.

Enkele reacties van eerdere bezoekers:



"Het was geweldig om weer eens in het museum te zijn. Sinds mijn man is overleden, doe ik zulke uitstapjes nooit meer. Zo fijn dat ik nu kan aansluiten bij een geïnteresseerde groep leeftijdgenoten! Het gevoel van 'op vakantie zijn' heb ik vandaag beleefd".

"Ik kan niet meer borduren omdat mijn handen en ogen geen 20 meer zijn. Wat fijn om weer creatief bezig te zijn in een groep. Twee vliegen in één klap. Ik ben de deur uit en ik kan weer freubelen."

"Ik wist niet dat onze stad zo'n mooie cultuur en geschiedenis heeft. Ben nu nog trotser om een Helmonder te zijn!"



**Uitnodiging Algemene
Ledenvergadering op woensdag
17 april 2019**

De vergadering vindt plaats in
Gemeenschapshuis De Loop aan de Peeleik 7.
Aanvang 13.30 uur.

De zaal is open vanaf 13.00 uur.

Agenda

1. Opening
2. Vaststellen van de notulen van 18 april 2018*
3. Jaarverslag 2018
4. Financieel jaarverslag 2018
5. Beleid 2019
 - o Begroting 2019
6. Vaststelling Contributie 2020
7. Verslag van de kascontrolecommissie
8. Decharge
9. Benoeming kascontrolecommissie
10. Verkiezing bestuursleden**
11. Mededelingen en huldigingen
12. Rondvraag
13. Sluiting
 Pauze
14. In het tweede gedeelte van deze middag wordt een muzikaal programma gepresenteerd.

Toelichting op agendapunt 2:

- * De notulen van de vergadering van 18 april 2018 liggen vanaf een half uur voor aanvang van de vergadering ter inzage en vanaf 1 april 2019 kunt u de digitale versie opvragen bij onze secretaris Nellie van Paassen info@kbo-brouwhuis.nl

Toelichting op agendapunt 10:

- ** Er zijn geen bestuursleden aftredend en herkiesbaar. Wel kunnen wij meedelen dat wij kandidaat-bestuurslid Tom van Diejen voordragen als nieuw bestuurslid.

Door de leden voor te dragen kandidaten voor een bestuursfunctie kan schriftelijk

geschieden met ondertekening door tenminste vijf leden. Deze voordracht dient vergezeld te gaan van een schriftelijke bereidverklaring van de voorgestelde kandidaat. De kandidaatstelling kan plaats vinden tot 8 april 2019 bij de secretaris Nellie van Paassen, Bruhezerweg 23, 5704CM Helmond-Brouwhuis.

De verkiezingen geschieden in overeenstemming met het bepaalde in de statuten van KBO-Brouwhuis. Als het aantal kandidaten overeenkomt met het aantal vacatures en indien geen schriftelijke stemming wordt gevraagd, kan de ledenvergadering besluiten tot benoeming bij acclamatie.

Ontspanning-Gezelligheid en Koffietafel

Voor het tweede gedeelte van deze middag presenteert Oh-DIE gezellige meezing en luistermuziek. Dit gedeelte wordt afgesloten met de loterij. Voor deze verloting, met leuke prijzen, ontvangt ieder lid bij binnenkomst een lot. De hoofdprijs is gratis deelname aan de dagtocht op donderdag 29 augustus 2019. (De prijs is niet inwisselbaar voor contant geld).



Vervolgens kunnen we plaatsnemen aan de gedekte tafels voor degenen die zich aangemeld hebben om deel te nemen aan de koffietafel om ca. 17.00 uur. De eigen bijdrage hiervoor is vastgesteld op € 7.50 per persoon, vooraf te voldoen.

Het bestuur hoopt u allen op onze ledenvergadering te mogen begroeten. Een kop koffie of thee en een consumptie staan voor u klaar.

Bestuur KBO-Brouwhuis

Leeftijdopbouw leden per 1 maart 2019

Leeftijd	Aantal	Percentage
45-49	1	0,21%
50-54	2	0,42%
55-59	11	2,34%
60-64	27	5,73%
65-69	68	14,44%
70-74	129	27,39%
75-79	104	22,08%
80-84	79	16,77%
85-89	40	8,49%
90-94	10	2,12%
Totaal	471	

Agenda

Iedere maandag wandelen, vertrek vanaf de Loop om 13.30 uur.

- 17 mrt. Van-alles-wa-markt De Brem
- 21 mrt. Korte dagtocht
- 17 apr. Algemene ledenvergadering
- 8 mei Dag voor de vrijwilligers
- 22 mei Excursie Waterzuivering
- 9 juni Boeremèrt
- 26 juni Oorlogsmuseum Overloon
- 31 juli Bowlen
- 5 sep. Grote dagtocht
- 22 sep. Van-alles-wa-markt De Brem
- 25 sep. Etentje
- 4 okt. Dag van de Ouderen 85+
- 30 okt. n.t.b.
- 10 nov. Van-alles-wa-markt De Loop
- 21 nov. Stampptocht
- 27 nov. n.t.b.
- 18 dec. Kerstviering

Aanmeldstrook deelname aan de koffietafel op woensdag 17 april 2019, bijdrage 7,50 euro per persoon

Naam:.....
 Aantal personen.....
 Straat.....
 Betaling: O Contant
 O Bankrekeningnummer:
 NL 57 RABO 0154 5053 82 t.n.v. KBO
 Brouwhuis en o.v.v. Koffietafel
 Graag aankruisen wat van toepassing is.



Aanmeldstrook Korte dagtocht Steyl

Naam -----
 Adres -----
 Aantal personen -----
 Telefoonnr. -----
 Aanmelden tot 15 maart
 Betaling € 35,00 O contant
 O per bank NL57RABO 0154
 5053 82
 o.v.v. Korte dagtocht maart
 2019
 Opstapplaats O Kerk Brouwhuis 10.00 uur
 O Rivierenhof 10.10 uur
 O Station Brouwhuis 10.20 uur

Strookje kan in een gesloten envelop ingeleverd worden bij of opgestuurd worden naar: Frits Branten, Rivierenhof 115 of bij Piet Meulendijks, Zeelenweg 6. Ook kunt u de gevraagde informatie doorgeven via de mail pietmeulendijks@live.nl of via een bericht naar Piet via Cubigo of website www.kbo-brouwhuis.nl (deze opties alleen bij betaling per bank).