



Van de voorzitter

Beste leden,

Waar velen al bang voor waren, lijkt meer en meer werkelijkheid te worden, corona leeft op en beperkingen liggen in het verschiet. Helaas !!

Dus geen goed nieuws voor ons, gezamenlijke activiteiten kunnen helaas (nog) niet plaatsvinden.

Op de bestuursvergadering van 28 september staan de kerstvieringen op de agenda, waarbij we zoeken/kijken naar alternatieve mogelijkheden om deze traditie niet stilletjes voorbij te laten gaan. Wat zouden we kunnen in blokken van 50 personen????

Hopelijk kunnen we snel na de vergadering een positief bericht sturen over een oplossing! Wie weet.....

Als bestuur zijn we zeer blij dat we met Marie-Louise en Jan weer "voltallig" zijn als bestuur. Echter, we zijn nog steeds druk op zoek naar een nieuwe penningmeester.

Vanuit de ledenlijst hebben we al diverse mensen benaderd, maar helaas nog steeds zonder succes. Daarom doen we bij deze een dringend beroep op u allen:

Wie van u heeft interesse om deze taak op zich te nemen?

Wie kent u, mogelijk ook buiten KBO, die u zou kunnen voordragen?

Uiteraard zijn er kennismakingsgesprekken om vanuit beide zijden te verkennen of we iets voor elkaar kunnen betekenen. Wij hopen op spoedige positieve reacties van u allen. Als we potentiële kandidaten doorkrijgen, gaan wij zsm contact leggen!

Om tot een oneven aantal bestuursleden te komen is, naast een nieuwe penningmeester, nog een extra zetel beschikbaar. Deze uitbreiding valt onder het motto: Vele handen maken licht werk!!!

Wij horen graag van u, dank voor uw reacties.

Blijf fit en gezond, zorg goed voor elkaar EN hou vol !!!

Chris van Broekhoven.

KBO Puzzel

Voor de prijspuzzel van september hebben we weer een leuke mand met gezonde producten van Zuivelboerderij De Kern. Wij feliciteren de winnaar, de heer J. Peskens.



Onze secretaris, Ankie van Agtmaal, heeft vrijdag de mand bezorgd bij de heer en mevrouw Peskens. Zij waren blij met de prijs die goed van pas kwam.

Deze puzzel is voorlopig de laatste.

Wij danken iedereen die heeft meegedaan en daardoor zijn/haar e-mailadres heeft aangeleverd.

dank je wel

Week tegen Eenzaamheid van 1 t/m 8 oktober



In de *Week tegen Eenzaamheid* staat ontmoeting en verbinding centraal. Want eenzaamheid aanpakken begint met in contact komen... **Kom erbij !**

De Bibliotheek organiseert verschillende activiteiten.
2 oktober, om 10.00 uur - Nationale Voorleeslunch



In de Bibliotheek Drunen wordt dit verhaal voorgelezen door fotograaf Anki Leene.

Voor haar project "Lang zal ik leven" portretteerde zij 66 99-jarige. Haar foto's zijn ook te zien in de expositie Alleen in Beeld bij Cultuurtoren Honsoirde.

Wilt u komen luisteren?

Dit kan op 2 oktober om 10.00 uur in de Bibliotheek Drunen. U kunt zich aanmelden via de website en lukt dat niet bel dan gewoon naar de bieb in Drunen naar 0416 373032. **Kom erbij, Doe mee !**

Op 6 en 10 oktober kun je in de Bibliotheek met je (levens)vragen bij geestelijk verzorger Marianne Merckx terecht. Kijk op de website www.bibliotheekheusden.nl of bel naar 0416 373032.

Nationale Ouderendag 2020



De 'Nationale Ouderendag' is een jaarlijks terugkerend evenement op de eerste vrijdag van oktober waar vaak individuele wensen van ouderen worden vervuld.

In 2020 vindt de 'Nationale Ouderendag' plaats op vrijdag 2 oktober.

KBO Drunen geeft al enkele jaren een eigen invulling aan deze dag door het organiseren van een activiteit waarbij alle senioren uit Drunen welkom zijn en een middag kunnen genieten van een gezellig samenzijn met de nadruk op ONS.

Vanwege de coronacrisis kunnen we de Nationale Ouderendag niet organiseren zoals we gewend zijn. Dat is bijzonder jammer maar we vergeten u niet. In de eerste week van oktober gaan we u verrassen met een bloemetje. Geen boekje maar een bloemenbon, zodat u zelf kunt kiezen. De bloemenbon kunnen we aanbieden door de zeer loyale medewerking van NICOTHÉ Bloemsierkunst in Drunen.



Zondag 25 oktober

Cultuur-historische wandeling langs het Drongelens Kanaal en de Baardwijkse Overlaat onder begeleiding van Gien van Wijk, schrijver van het boek "Van Baardwijkse Overlaat tot Drongelens Kanaal". Het vertrek is om 10.00 uur bij restaurant Duinrand aan de Steegerf in Drunen. De wandeling duurt ca. 2 uur. In verband met de Coronavoorschriften en het gebruik van audio apparatuur is de maximale groepsgrootte 23 personen. Aanmelden voor 23 oktober: tel. 06-20266326 of per email bestuur@hkkonsenoort.nl

Dementievriendelijk Heusden

Er was veel belangstelling voor de filmvoorstelling op 22 september in De Voorste Venne. Met 66 belangstellenden was het theater corona-proef gevuld. Conny Engelenburg, voorzitter van de kerngroep Dementie Vriendelijke Gemeenschap was blij met de extra aandacht die dementie krijgt in de zgn. *Week van Alzheimer* en sprak de hoop uit dat er meer begrip gaat ontstaan voor mensen met ouderdomsverwarring of dementie. In het slotwoord gaf zij nog enkele praktische handreikingen. Ook wethouder Peter van Steen was aanwezig en vertelde over het belang dat de gemeente hecht aan een dementievriendelijke gemeenschap.



Dementie, geluk ermee...

Zorgt u voor een naaste met dementie? En wilt u graag handreikingen om een betere balans te vinden in de zorg voor uw naaste en wat u zélf nog graag wil doen. Het ondersteuningsprogramma Dementie, geluk ermee... is dan misschien iets voor u.

Op 4 november start een nieuwe ondersteuningsgroep in De Stulp, Admiraalsweg 100 in Drunen.

Er zijn vijf driewekelijkse bijeenkomsten van vier tot vijf uur. De bijeenkomsten zijn in groepsverband van 6 tot maximaal 12 deelnemers. Tijdens de korte informatieve gedeelten van elke bijeenkomst leert de mantelzorg meer over dementie. In diezelfde tijd nemen de naasten met dementie deel aan een programma met gezellige activiteiten. Daarnaast zijn er gezamenlijke ontspanningsactiviteiten en een gezamenlijke lunch. Bij elke bijeenkomst staat één thema centraal. Deelname is gratis. Meer informatie en aanmelden: informatie.en.advies@schakelring.nl of bel 0416 671248

Clïëntondersteuning

Onafhankelijke cliëntondersteuning is bestemd voor iedereen die vragen heeft over zelfstandig leven, zorg en ondersteuning, participatie, wonen, onderwijs en werk en inkomen.

Vragen? Mail naar dienstenkbodrunen@gmail.com of bel Ria de Folter, 06 -1176 0048

Straatverlichting

Is de verlichting in uw straat kapot? Geef dit dan door aan de gemeente!

U kunt de kapotte lantaarnpaal melden via [de BuitenBeter-app](#), zodat de exacte locatie automatisch wordt bepaald. Graag bij de melding ook het nummer dat op lantaarnpaal staat doorgeven?

Als de gemeente een melding ontvangt van een kapotte lantaarnpaal wordt dit doorgegeven aan het bedrijf dat de straatverlichting repareert. Als er maar één lantaarnpaal kapot is, dan kan dit meestal binnen een week gerepareerd worden.

U kunt de melding ook doorgeven via info@heusden.nl of (073) 51 31 789

5 tips om gezond en fit de herfst door te komen

We zeggen het zomerse weer gedag en zijn klaar voor de herfst! Maar hoe houd je dat zomerse, energieke gevoel de gehele herfstperiode vast?

Lees de 5 tips om energiek, fit en positief de herfst door te komen.

1. Blijf in beweging

Beweging is belangrijk voor je weerstand. Sport; neem de trap en fiets naar je werk in plaats van dat je de auto pakt. Bewegen zorgt ook voor de aanmaak van gelukshormonen, het houdt je gewrichten soepel en je lichaam in goede conditie.

2. Ga naar buiten en zoek de natuur op

Daglicht en de natuur doen goede dingen met je gemoedstoestand. Ga naar het bos of maak een wandelingetje gewoon in je eigen omgeving. Een herfstbui of niet: zoek de bomen op en geniet van de vallende blaadjes.

3. Slaap voldoende

Voldoende nachtrust is altijd al belangrijk, maar zeker ook in dit jaargetijde blijft het belangrijk om je lichaam voldoende tijd te geven om te herstellen en weer op te laden.

4. Denk positieve gedachten

Schrijf iedere dag op waar je dankbaar voor bent en bekijk het leven zo dagelijks van een positieve kant. Door dit bewust te doen en stil te staan bij dankbaarheid, zul je merken dat je gedachten positiever worden.

5. Eet gezond

Gezond eten doet zoveel voor je om je lekker in je vel te voelen. Wanneer je gezond en gevarieerd eet, zorg je dat je voldoende vitaminen en mineralen binnenkrijgt om je energiek en fit te blijven voelen. Goede voeding is ook nodig voor het goed functioneren van je immuunsysteem.

Ouderenadvisering

Advies nodig? Bel Nanny de Poot tel. 0416-372533 of Ria de Folter, 06 -1176 0048