

## Agenda voor de maand december.

Kijk ook op onze website

[KBO-Mariaheide.nl](http://KBO-Mariaheide.nl)

### Corona

Op 13 november is weer een lichte lockdown ingesteld. Voor de wekelijkse activiteiten van de KBO is de invloed van de lockdown beperkt. Iedereen wordt verzocht om bij binnenkomst in D'n Brak zijn handen te ontsmetten, afstand te houden en met mondkapje op naar zijn zitplaats te gaan. Voor de zitplaatsen blijft de regel om 1,5 m afstand te houden en bij verplaatsingen het mondkapje weer te dragen.

### Kerstmiddag

Vanwege Corona maatregelen kon onze ontspanningsavond op 24 november geen doorgang vinden en helaas heeft het bestuur besloten om de kerstmiddag op 15 december niet door te laten gaan. Het bestuur zal op gepaste wijze aandacht schenken aan de komende feestdagen.

### Kienen

De opkomst voor het kienen geeft aan dat hiervoor nog zeker interesse is. De volgende keer is het op dinsdag 7 december, aanvang 14.00 uur.

### Wandelen

Bewegen is belangrijk voor ouderen. Het bestuur wil proberen om samen te gaan wandelen. Geen lange wandeling maar een korte van maximaal 4 tot 5 km. Wandelen met een rollator hoeft geen belemmering te zijn want het tempo wordt hierop aangepast. Op dinsdagmorgen 7 december willen we starten om 9.30 uur bij D'n Brak. Na de wandeling is er ruimte in D'n Brak om gezellig een kopje koffie te drinken en elkaar te ontmoeten. Doe mee.

### Rikken

Op dinsdag- en donderdagmiddag vindt het rikken weer plaats. Liefhebbers van dit spel worden van harte uitgenodigd om deel te nemen. Het rikken begint om 13.30 uur.

### Voorjaarsreis KBO

Van 30 mei tot en met 3 juni vindt de voorjaarsreis plaats met bestemming West Vlaanderen, België.

Reisprogramma:

Dag 1: Na vertrek vanaf het stadhuisplein gaan we met de bus naar Antwerpen. Daar aangekomen genieten we van een kopje koffie om hierna een wandeling met gids te maken door het centrum. Aansluitend heeft iedereen vrije tijd voor een lunch en Antwerpen verder te verkennen. Op het eind van de middag brengt de bus ons verder naar het hotel Alfa Inn in het centrum van Blankenberge op 350 meter afstand van het strand.

Dag2: Na het ontbijt buffet vertrekken we naar het bezoekerscentrum/koekjesfabriek Jules Destrooper. Na bezichtiging kunt u genieten van een proeverij met koffie. Hierna rijden we door de Westhoek naar Poperinge, de hoofdstad van het goede leven en hopteelt. U bent hier even vrij om te lunchen om hierna het hopmuseum te bezoeken en de Belgische biercollectie te bezichtigen. Op het eind van de middag gaan we terug naar het hotel.

Dag 3: Na het ontbijt bent u vrij om Blankenberge te bezoeken. Om 13.00 uur vertrekken we naar Tyne Cot waar de gidsen klaarstaan voor een bezoek aan de militaire begraafplaats uit de eerste Wereld Oorlog. Vanuit het bezoekerscentrum hebt u een goed overzicht over de oude slagvelden. Hierna gaan we naar Ieper voor een 3 gangendiner en aansluitend naar de Menenpoort waar om 20.00 uur stipt iedere dag de "Last Post" wordt geblazen. Hierna gaan we terug naar het hotel.

Dag 4: Na het ontbijt vertrekken we naar Oostende waar u vrij bent om je te ontspannen en te lunchen. Hierna vertrekken we naar Nieuwspoort waar we een ritje maken met een toeristentreintje. We gaan op tijd terug naar het hotel waar het diner gereed staat met een gezellige muziekavond.

Dag 5: Op deze laatste dag vertrekken we naar Gent voor een rondvaart met gids door de grachten. Hierna wat vrije tijd om te lunchen en Gent te bezichtigen. Na de middag vertrekken we richting Veghel maar onderweg maken we nog gebruik van een heerlijk diner om bij te praten over deze mooie voorjaarsreis.

Voor meer informatie kun je terecht bij Mart van Goor, tel: 06-10387006 of email [mart.vangoor@ziggo.nl](mailto:mart.vangoor@ziggo.nl).

Het is wel raadzaam, om vanwege de optie van kamers in het hotel, om je tijdig aan te melden als je interesse hebt in deze reis.

### Het Alzheimercafé

#### 21 december In Uden:

Veghel:	Uden:
Het klooster	Eigen Herd
Deken v. Miertstraat 8	Rooijsestraat 32
5461 JN Veghel	5401 AT Uden

Vrij entree

Begin programma: 19.30 uur

Café open: 19.00 uur

einde programma: 21.30 uur

### Wat maakt het leven de moeite waard?

Om meer energie en geluk te ervaren is het goed om na te denken over de vraag wat jouw leven zin geeft. Zeker wanneer je de diagnose dementie krijgt is de vraag misschien lastig te beantwoorden. Geestelijk verzorger Janique van Schaijk zal op haar eigen manier met u op zoek gaan om aan deze vraag inhoud te geven.