

# Nieuwsbrief

oktober 2023



[www.actief50zijaart.nl](http://www.actief50zijaart.nl)

[info@actief50zijaart.nl](mailto:info@actief50zijaart.nl)

tel. secretariaat 06 11432788

**Beste leden,**



*De onderhandelingen met Theater aan de Noordkade - Blauwe zijn helaas nog niet afgerond. Zodra wij meer weten zullen we dit per e-mail aan U doorgeven. Uit het in de vorige nieuwsbrief vermelde overzicht van voorstellingen is inmiddels al wel het optreden van The Dutch Eagles uit deze regeling gehaald. Als je daar toch naar toe wil, kun je best zo snel mogelijk een ticket bestellen!*



**Heb je vragen over de Overheid (DigiD, belastingen&toeslagen, AOW, werk&uitkering, inburgering, rijbewijs, zorg, studiefinanciering, verkeersboetes), ga dan gerust eens naar het informatiepunt "digitale Overheid" in de bibliotheek in Veghel (Markt 1). Ze helpen je daar graag en het is gratis, ook voor niet-bib-**

**leden! De bibliotheek is open van maandag tot vrijdag van 10:00u – 17:00u en op zaterdag van 10:00 – 16:00u.**

## **Onderonsje. Een natuurlijke facelift begint bij je voetspieren door Jeanne Albers!**



Op maandag 13 november komt Jeanne Albers dan toch eindelijk vertellen (onze afspraak in april ging door omstandigheden niet door) hoe je je gezicht jong en vitaal kunt houden; niet door een medische ingreep, fillers of crèmes, maar door kleine spierbewegingen in je hele lichaam. Goed omgaan met alle grotere en kleinere spieren in je hele lijf heeft een positief effect voor

lichaam, ziel en geest. Je gezicht weerspiegelt je karakter en als je tevreden bent met jezelf straalt je dat ook uit. De juiste zithouding en eenvoudige spieroefeningen komen aan bod. Zoals "Maak iedere dag lange vingers en lange tenen; dat doet al veel goeds"!

Jeanne Albers is ismakogie docente en heeft hierover een boek geschreven.

**Waar:** Dorpshuis Zijtaart

**Wanneer:** Maandag 13 november om 10:15 uur

**De toegang is gratis, ook voor niet leden van Actief50+**



&



Organiseren een Thema-

## avond Veilig wonen op 22 november 2023

Veel ouderen blijven graag zolang mogelijk wonen in het huis waarin ze hun leven hebben opgebouwd.

Daarvoor is het belangrijk dat de veiligheid in en om huis op orde is, het sociale netwerk en je gezondheid goed blijft.

Over deze thema's organiseert Actief 50+ samen met de werkgroep Zorg en Welzijn een avond .

Deze avond is bedoeld voor iedereen die in de eigen situatie hiermee te maken heeft maar geeft ook tips voor mensen die de zorg hebben voor hun ouders en naasten.

De avond wordt verzorgd met deskundige mensen van KBO Brabant, Ons Welzijn en Brabant Zorg die u hierover veel kunnen vertellen.

### Programma:

- 19.00 uur Inloop.
- 19.30 uur Veiligheid in en om het huis door KBO Brabant (inrichting, brandveiligheid, inbraakbeveiliging).
- 20.15 uur Pauze.
- 20.30 uur Positieve Gezondheid Esther de Bie van Ons Welzijn en Emmely Stolk van Brabant Zorg.
- 21.30 uur Einde avond.

**Actief50+ en de Werkgroep Zorg en Welzijn nodigen u van harte uit voor deze gratis thema-avond.**



### Hoe kan ik als (bijna) 75-plusser mijn rijbewijs verlengen?

Verloopt uw rijbewijs op of na uw 75ste en wilt u dit verlengen, dan moet u, vanwege Uw leeftijd, medisch gekeurd worden. Hiervoor moet u om met de procedure te beginnen, een Gezondheidsverklaring invullen.

#### Zo verlengt u als 75-plusser uw rijbewijs:

1. **Vul een Gezondheidsverklaring in!** Te vinden op [www.mijn.cbr.nl](http://www.mijn.cbr.nl) (met uw DigiD). De kosten bedragen € 41,00. U kunt ook een papieren gezondheidsverklaring kopen aan de informatiebalie van het gemeentehuis.
2. **Maak een afspraak met een keuringsarts** nadat U hierover bericht van het CBR hebt gekregen (naar aanleiding van Uw ingediende gezondheidsverklaring ).
3. **Laat uw gezondheid onderzoeken!** De arts onderzoekt uw gezondheid en vult de nodige formulieren in.
4. **Uw rijbewijs verlengen!** Als het CBR akkoord is en u rijgeschikt bent verklaard, kunt u uw rijbewijs verlengen bij uw gemeente.

## Rijbewijskeuring:

- G.C.J.M. van der Spank , Prof. Struykensstraat 5, 5463CP Veghel 0413-366061 €40,-- voor leden KBO-Brabant
- Het kan ook via RegelZorg! Automobilisten van 75 jaar en ouder betalen bij RegelZorg €50,-. Afspraak maken kan uitsluitend via [www.regelzorg.nl](http://www.regelzorg.nl) of tijdens kantooruren via de afsprakenlijn: 088-23 23 300.

**Reageer snel op de berichten (digitaal of per brief) van het CBR. Des te sneller verloopt de procedure! U kunt niet eerder dan 6 maanden voor het verlopen van Uw rijbewijs aan deze procedure beginnen, maar wacht vooral ook niet te lang.**

**Indien U hulp nodig heeft, neem contact met ons op!!**

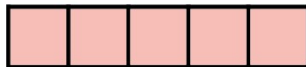


## Hartelijk dank voor Uw stem op ons!

Actief50+ Zijtaart krijgt maar liefst **€ 814,23** op haar rekening bijgeschreven. Ook de Vrolijke Zangers zijn erg blij met € 159,94. Iedere stem was dit jaar € 7,27 waard. Met uw 3 stemmen kon U € 21,81 aan Uw 3 favoriete verenigingen schenken.

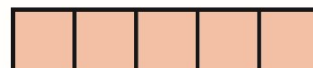
	2			3	6	4		
		6				1		
8			2			9		
				4	8	2		3
	4						8	
2		9	6	5				
		8			4			6
		2				3		
		5	7	6			2	

©www.puzzelpro.nl



6	4	2						
				1	8			
9			4		7			
5		1		8				3
								2
				9	6			1
	3				2			5
		7		6				8
8					3			

©www.puzzelpro.nl



Oplossing Zweedse puzzel uit onze vorige Nieuwsbrief: **HERFSTBUI**

## Data om alvast te onthouden:

- Dinsdagmiddag 13 februari Carnavalsmiddag Actief50+ Zijtaart; gezellig samenzijn in het Dorpshuis.
- Woensdag 28 feb 2024 Algemene ledenvergadering Actief50+Zijtaart 14:00u en 19:00u
- Dit jaar speelt de Holiday on Ice haar 80<sup>e</sup> show van 22 t/m 24 december 2023 in Den Bosch. Je kunt hier op eigen gelegenheid naar toe, maar bij voldoende belangstelling kunnen we ook een bus regelen. Voor dit jaar is het hiervoor te laat, maar laat ons weten als je hier belangstelling voor hebt via [info@actief50zijtaart.nl](mailto:info@actief50zijtaart.nl) of tijdens onze algemene ledenvergadering , dan kunnen we het voor 2024 organiseren.



## **Uitnodiging kerstviering!**

**In samenwerking met Dorpshuis Het Klooster en Café/zaal Kleijngeld bieden wij onze leden een geheel verzorgde kerstviering aan inclusief 3 consumpties.**

**Wanneer:** woensdag 20 december 2023

**Waar:** Dorpshuis Het Klooster

**Aanvang:** 17.30 uur inloop met een kop koffie/thee

**Einde:** 22.00 uur einde programma en gelegenheid om na te borrelen.

**Tijdens de bijeenkomst wordt voor een lekkere kop soep, broodje warm vlees en een heerlijk toetje gezorgd.**

**Vocalgroep KLIK zorgt voor de muzikale invulling!**

**Aanmelden:** Graag zo spoedig mogelijk, maar uiterlijk 7 december.

Per overboeking van 17,50 p.p. op rekeningnummer NL27 RABO 0160 8041 32 t.n.v. Actief50+ KBO Zijtaart onder vermelding van Kerstviering en naam/namen deelnemers (en eventuele allergieën). Of d.m.v. contante betaling op donderdag 7 december tussen 14.00-16.00 uur bij Marjo Vissers in het Dorpshuis.

Voor vragen bel, app of mail met: Anja Heerkens, tel. 06 30122314, [anja-heerkens@hetnet.nl](mailto:anja-heerkens@hetnet.nl)

EEN MOOIE



TOEGEWENST.