

Bestuur KBO Best en verantwoordelijkheid voor de diverse werkgroepen.

- Voorzitter: Gaston Slagers:
Beleidszaken en Coördinator individuele belangenbehartiging.
gastonslagers@hotmail.com. Tel. 0499 751803
- Secretaris: Jo Goossens:
Secretariaat en Coördinator clubs.
secretariaatkbobest@gmail.com. Tel 0499 378960
- Penningmeester: Caren Herps:
Penningmeester.
penningmeesterkbo.best@gmail.com.
Tel. 06 25036954
- Bestuurslid: PR en Voorlichting: Gaston Slagers (wnd).
gastonslagers@hotmail.com. Tel. 0499 751803
- Bestuurslid: Koos de Laat:
Coördinator Reizen/excursies en evenementen/
ledenbijeenkomsten.
jdelaat1@kpnmail.nl. Tel. 06 52337163
- Bestuurslid: Frank Montulet:
Coördinator collectieve belangenbehartiging.
frankmontulet@gmail.com. Tel. 06 10954560

Men kan zich dagelijks als KBO-lid melden via de Heer Theo Dankers,
Moereind 4, 5685DX Best. Tel 0499 310914
Email adres tdankers@hotmail.com of via inschrijfformulier op
www.kbobest.nl. KBO-leden kunnen per maand opzeggen.

Rekeningnr. KBO Best NL11 RABO 010.70.85.917.
Website: www.kbobest.nl

Materiaal als teksten en foto's voor de nieuwsbrief en de website van
KBO Best uitsluitend digitaal aanleveren via:
redactiekbobest@gmail.com

Help, de feestmaand december komt er weer aan!



Sommigen onder jullie zullen dit gevoel ongetwijfeld herkennen. Of het nu met Sinterklaas, de komende kerstdagen of de jaarwisseling is, het ‘moeten, moeten, moeten’ ligt velen als een molensteen om de nek. Al weken vooraf ‘moeten’ afspraken met familie en of vrienden gemaakt worden, ‘moeten’ lotjes getrokken worden voor de uitwisseling van leuke kerstcadeaus, ‘moet’ je huis omgetoverd worden in een sfeervolle ambiance, ‘moet’ er al nagedacht worden over de samenstelling van de feestelijke maaltijd en ‘moet’ je natuurlijk feestelijke kleding dragen. Dat ‘moeten’ gaat meestal gepaard met een behoorlijke aanslag op je portemonnee en je stressbestendigheid. Het is toch ook wel weer erg gezellig, die zelfgemaakte oliebollen, kerstdecoraties, uitwisseling van cadeautjes, uitgebreide maaltijden en het aanhalen van de banden met familie en of vrienden. Je leeft immers niet alleen en het draait toch om het samenzijn, gezelligheid, liefhebben en warmte. Die emoties en gevoelens willen en moeten we waarderen en koesteren. Velen onder ons hebben echter geen of slechts weinig familie en of vrienden meer. Zij dreigen in eenzaamheid en sociaal isolement te raken of zijn dat al. Gelukkig hebben we in Best onze KBO, de grootste ‘familie’ in Best. Een warme ‘familie’ waar we gedurende het hele jaar oog en zorg voor elkaar hebben. Met vrijwilligers die zich gedurende het hele jaar onbaatzuchtig inzetten voor hun medesenioren. Die tientallen vrijwilligers ervaren hun inzet niet als ‘moeten’ maar als ‘het met volle overtuiging willen bijdragen aan’. Die instelling moeten we blijven waarderen en koesteren als een groot geschenk. Ondanks al onze KBO- inspanningen gedurende het jaar vraag ik toch aan alle leden om juist in de donkere decembermaand extra aandacht te schenken aan alleenstaanden in hun directe omgeving. Verplaats je zelf maar eens in hun positie en vraag je dan af hoe je het zelf zou ervaren als iemand uit je omgeving je zou uitnodigen voor een kopje koffie en of een praatje. Het is een klein gebaar maar geeft volgens mij zowel de gever als de ontvanger een goed en warm gevoel. Bedenk daarbij dat niets ‘moet’ maar doe het met volle overtuiging. Ik wens jullie allemaal fijne warme kerstdagen en een voorspoedig en vooral gezond 2019.

Jullie voorzitter, Gaston Slagers

Van de bestuurstafel

Hoewel we altijd ons best doen om de agenda van de vergadering op tijd af te handelen, gaat het ook wel eens mis. De start van onze laatste vergadering verliep meer dan vlot. Na bespreking van de eerste zes onderwerpen waren we binnen drie kwartier bijna klaar. Uiteindelijk liep de vergadering toch weer uit: Vrijwel elk bestuurslid had over zijn of haar aandachtsveld veel te melden en wilde de mening van de anderen horen. We waren het snel met elkaar eens over de medewerking aan een concert voor mantelzorgers. Ook de agenda's van de bestuursvergaderingen, de aanlevering van kopij voor de Nieuwsbrief en de ledenbijeenkomsten werden meteen op elkaar afgestemd. Zelfs de organisatie rond de verdeling van het halve krentenbord voor de Kerst was zo gepiept. De bespreking van de individuele belangenbehartiging bleek extra tijd te kosten. Wij willen namelijk, nog meer dan nu, contact leggen met mensen die eenzaam zijn, hulp bieden aan mensen met een smalle beurs in het contact met de gemeente en ga zo maar door. Daar hebben we dan ook weer onze vrijwilligers bij nodig. We denken onder andere aan een informatiebijeenkomst voor nieuwe vrijwilligers. Binnenkort hoort u van ons hoe we daar verder mee willen komen. Verder hebben we opnieuw tijd besteed aan de organisatie van het jubileumjaar. Er zijn zo'n drietal evenementen in de steigers gezet. Hoe die aan te pakken, maar ook de reclame daaromheen, dat vergt nogal wat. We willen immers ons jubileum aangrijpen om ook nieuwe leden aan ons te binden. We starten 2019 in ieder geval op een andere manier dan gebruikelijk. Op zondag 13 januari is er van 14.00 tot 16.00 uur een Nieuwjaarsreceptie. We ontvangen u graag met een hapje en een drankje. Hieronder in deze nieuwsbrief en ook op onze website, vindt u meer informatie over het programma. U bent van harte welkom!



**BEZOEK OOK ONZE VERNIEUWDE
WEBSITE WWW.KBOBEST.NL**



U bent van harte welkom bij

Tandartsengroepspraktijk
Dental Clinics Best

- Tandheelkunde
 - Protheses
 - Implantologie



Openingstijden
ma - vrij 08:30 - 17:00

Dental Clinics Best
Oirschotseweg 70

5684 NK Best
0499 - 392 920

best@dentalclinics.nl
www.dentalclinics.nl

lachen is leven

Van
Kemenade
maakt het u gemakkelijk



Shell tankstation van Kemenade
Meer dan alleen benzine!

SHOP & GO

Raadhuisstraat 247, Best
Tel. 0499 33 43 43

Autowassen

Nieuwjaarsbijeenkomst KBO Best

Het bestuur nodigt alle leden van harte uit om samen met een hapje en een drankje een toast uit te brengen op een voorspoedig en vooral gezond 2019, tevens het jaar waarin onze KBO haar 60-jarig bestaan viert. Wanneer: zondag 13 januari. Waar: Prinsenhof. Aanvang: 14.00 uur. Einde: 16.00 uur. Het Klumpkeskoor verzorgt de muzikale omlijsting.

Zorgverzekeringen en korting voor KBO-leden

Ook voor het jaar 2019 kunnen leden van de KBO korting krijgen bij het afsluiten van een zorgverzekering. Dit kan bij de volgende zorgverzekeringen:

VGZ

Leden van KBO-Brabant krijgen bij VGZ 8% korting op de basisverzekering en 5% korting op de aanvullende verzekering.

Leden nemen zelf contact op met VGZ. Telefoonnummer 088-1311030. Geef bij de aanmelding het volgende collectiviteitsnummer door: 10975.

Aon

Leden van KBO-Brabant kunnen via Aon een zorgverzekering afsluiten. U hebt de keuze uit de volgende verzekeraars:

IAK zorgverzekering van Aon:

8% korting op de basisverzekering en 5% korting op de aanvullende verzekering (goed/beter/best/vitaal).

Leden die voor deze IAK Zorgverzekering (Aon) + aanvullende verzekering kiezen ontvangen de volgende extra voordelen:

- zes extra behandelingen voor beweegzorg (fysiotherapie)
- vergoeding van uw rijbewijskeuring tot maximaal € 35,-
- eenmalige KBO-Brabant lidmaatschapsbijdrage van € 20,-

CZ

5% korting op de basisverzekering en 0% korting op de aanvullende verzekering.

Voor meer informatie over de zorgverzekeringen via Aon kunnen de leden contact opnemen met Aon. Telefoonnummer 040-2611888.

Geef bij de aanmelding het volgende collectiviteitsnummer door: 8086.



Vertrouwd Dichtbij



Raadhuisstraat 40, Best
www.zuidzorg.nl
www.facebook.com/zuidzorgbest

Zilveren Kruis Achmea (ZKA)

Leden van KBO-Brabant krijgen bij ZKA 8% korting op de basisverzekering, 10% korting op de aanvullende verzekeringen, 10% korting op de tandartsverzekeringen en 25% korting op het pakket Extra Vitaal. Bij het afsluiten van een aanvullende verzekering van minstens één ster, dus niet bij alleen een aanvullende tandartsverzekering, krijgen de leden het 'Extra aanvullend KBO pakket' gratis.

Aan het gratis pakket Extra Aanvullend KBO zijn de volgende voordelen verbonden:

- hulp van de zorgcoaches van Zilveren Kruis
- zes behandelingen fysiotherapie
- extra hulp aan huis na ziekenhuisopname
- € 250,- extra vergoeding boven op de sterk verruimdemantelzorgregeling vanaf twee sterren
- € 35,- vergoeding voor een verplichte rijbewijskeuring
- eenmalige KBO-Brabant lidmaatschapsbijdrage van € 20,-

Leden nemen zelf contact op met Zilveren Kruis Achmea.

Telefoonnummer 071-7510056.

Geef bij de aanmelding het volgende collectiviteitsnummer door: 207000837.

AGENDA KBO

- **13 dec.:** bloemschikken (maken adventskrans respectievelijk kerststuk) bij Cultuurspoor Best. Aanvang 13.30 uur. Kosten € 15,00 p.p. bij aanvang contant te betalen. Aanmeldingen via Hetty de Bock (mail: hetty@home.nl of tel: 06-15284072).
- **15 dec.:** met de bus naar Kerstconcert op Legerplaats Oirschot. Aanvang 19.30 uur. Kaartjes alleen op vertoon ledenpas bij Cultuurspoor Best vanaf 29 oktober. Kosten €21,50 p.p. Met pin betalen. Zie voor verdere informatie (o.a. opstapplaatsen en tijden) de KBO- Nieuwsbrief van november.
- **19 dec.:** Kerstviering in Prinsenhof. Aanvang: 14.00 uur. Kaartjes bij Cultuurspoor Best € 6,-- p.p. vanaf 3 december. Met pinpas betalen.
- **13 jan.:** Nieuwjaarsbijeenkomst KBO in de Prinsenhof van 14.00 tot 16.00 uur. Muzikale omlijsting door het Klumpkeskoor.

NIEUWE LEDEN

Dhr. H.M. Verholen
Mevr. W.A. H. Westerbeek
Dhr. A.G.M. Sleutjes
Mevr. A.G.M. Bos-Legius
Mevr. M. van Beers-van Assouw
Dhr. L.W.Th van Dijck
Mevr. A.E.M. van Dijck-Kastelijn
Mevr. H.A.M. Kunzler
Dhr. J.H.F.J. van Stratum
Mevr. M.W. van der Meijden

OVERLEDEN

Dhr. J.J. Smits
Dhr. C.J.N. Appeldoorn
Mevr. M.J. Kreijveld-Den Otter
Mevr. J. Smulders-van de Heijden
Mevr. M.E. Stael

ONZE 85-JARIGEN EN OUDER

04 dec. Dhr. J.C.N. van de Sande
04 dec. Mevr. H.C.B. Blommaart-van de Sande
10 dec. Dhr. H.A. Bressers
11 dec. Mevr. W. Marijnissen
12 dec. Mevr. M. Fiolet-van Kemenade
12 dec. Mevr. F.A.G. Korsten-Dekkers
13 dec. Mevr. J. Logten-van Diessen
13 dec. Dhr. A.L.J. de Visser
14 dec. Mevr. E.P. Aarntzen-Wemmers
15 dec. Mevr. C. van Vlokhoven
16 dec. Mevr. N. Venmans-van Vught
17 dec. Mevr. A. Hoogenraad-Bunschoten
17 dec. Dhr. J. Crooy
18 dec. Mevr. G. van Haaren-van de Ven
19 dec. Mevr. W. van Ballekom-van Kaathoven
20 dec. Mevr. M. van Laarhoven-van der Loo
20 dec. Mevr. P.H.M.T. Diemont- van den Hurk

21 dec. Dhr. J.A.M. Swinkels
22 dec. Mevr. T.M. Strijbos
23 dec. Dhr. P.C. van de Sande
24 dec. Dhr. D. Post
24 dec. Mevr. M. Brugge-van de Wittenboer
28 dec. Dhr. J. Steenbakkers
30 dec. Dhr. Th. Van den Elsen

Alle 85-jarigen worden bezocht door een van de vier dames: Agnes de Ruiter, Anny Nijtmans, Nel Brands en Toos van der Wal. Zij ontvangen een cadeautje van de KBO. Indien wij u vergeten zijn of indien uw verjaardag onjuist is, laat het weten aan: Agnes de Ruiter, tel 372662.

BEZOEK GROEP 85-JARIGEN EN OUDER

KBO-Best hecht veel waarde aan het leggen en onderhouden van onderlinge contacten met haar leden. Wij zijn er trots op dat wij veel leden hebben die sinds jaar en dag lid zijn van onze KBO. Dat tekent de betrokkenheid bij en het saamhorigheidsgevoel binnen onze KBO. Niet alle leden zijn meer zo mobiel dat ze regelmatig activiteiten van onze vereniging kunnen bijwonen. Om de onderlinge warme band tussen die leden en de KBO te onderhouden hebben we een Bezoekgroep 85-jarigen en ouder. Deze bezoekgroep gaat rond de verjaardag van betrokkene op bezoek met een cadeautje namens de KBO en voor een gezellig praatje. Daarmee wordt de goede band met de KBO weer eens versterkt en dat geeft beiden een goed gevoel. Tijdens dat bezoek kunt u bijvoorbeeld ook ter sprake brengen of de KBO u ook op andere manieren nog verder kan ondersteunen. Dit kan op velerlei gebieden betrekking hebben zoals de behoefte aan tussentijdse bezoekjes, iemand die eens een ommetje met u wil maken, een klein klusje in huis wil doen en ga zo maar door. De leden van de bezoekgroep nemen die informatie mee en zullen die verzoeken doorgeven aan de coördinatoren. U hoort zo spoedig mogelijk van ons. Alle 85-jarigen worden bezocht door een of meerdere van de volgende dames: Agnes de Ruiter (aanspreekpunt en bereikbaar onder Tel. 372662); Anny Nijtmans; Nel Brands en Toos van der Wal.

hoveniersbedrijf
het Klaverblad
David de Leeuw

ontwerp aanleg onderhoud

Oranjestraat 27, 5682 CA Best Tel. 0499-39 26 51
www.het-klaverblad.nl info@het-klaverblad.nl



Kundig, betrouwbaar en betrokken advies

- Uw belang voorop
- Onze ervaring in uw voordeel
- Lagere aankoopprijs
- Risico's uitsluiten
- Besparing van tijd en administratieve rompslomp

Bel ons voor een persoonlijk gesprek om uw woonwensen te inventariseren.

 **Kronenburg**

MAKELAARDIJ



vastgoedpro 

Broekstraat 13 - Best - 06-53961078 - info@kronenburgmakelaardij.nl - www.kronenburgmakelaardij.nl

Voorkom valongevallen in huis: vraag gratis huistest aan

Het aantal valongevallen onder 65-plussers blijft helaas alsmear toenemen. In 2017 waren er weer meer dan het jaar ervoor: 102.000 behandelingen bij spoedeisende hulp, waarvan 69.700 met ernstig letsel en 3.849 overlijdens ten gevolge van een val, oftewel 11 per dag. En dan te bedenken dat veel hiervan eenvoudig voorkomen hadden kunnen worden. Laten we de meest voorkomende redenen van een val eens bekijken:

- Struikelen overeensteen, tegel, drempel, stoeprand of vloerbedekking: komt omdat we strammer en stijver worden. Remedie: meer bewegen; volg de cursus “Blijf in Balans” in Bestwijzer.
- Val van trap: zorg voor een tweede trapleuning, veiligheidstrips op de treden, goed schoeisel en ook goede verlichting.
- Val uit bed: hier blijkt een goede nachtverlichting cruciaal.
- Val vanaf een stoel: ga niet op een stoel staan, maar gebruik een trap
- Uitglijden in bad/douche: zorg voor badbeugels of douchekruk en vermijd nattigheid.
- Val over drempels in huis: drempels laten weghalen.

De werkgroep “Wonen op z’n Best” van de Seniorenraad wil u graag helpen om het valrisico in en om uw eigen huis te minimaliseren. Daarom bieden wij geheel gratis een huistest aan. Na een grondige inspectie van uw woning, samen met u, krijgt u van ons een lijst van tips en adviezen van wat u kunt doen om uw huis veiliger te maken voor uzelf en uw medebewoners. Deze gratis huistest kunt u aanvragen bij Wonen op z’n Best, tel. 06- 51360418 of mail naar info@wonenopzijnbest.nl

Leo van Zeeland, woonconsulent

Bezoek aan het jaarlijkse kerstconcert op Legerplaats Oirschot

De KBO organiseert samen met de PVGE een bezoek aan het kerstconcert op de Legerplaats Oirschot. Dit concert wordt gehouden onder de naam Kerstproms. Het Orkest van de Koninklijke Marechaussee verzorgt de muziek. De dirigent van het orkest maakt er ongetwijfeld een geweldige uitvoering van; hij heeft zijn sporen onder andere bij de Marinier kapel verdiend. De solisten zijn op dit moment nog niet bekend, maar die zijn aan het orkest gewaagd.

Op 15 december vindt het concert plaats in de als concertzaal ingerichte bioscoop op de legerplaats. De aanvangstijd is 19.30 uur, vanaf 19.00 is de zaal open. Om ongeveer 21.45 uur is het concert afgelopen. Voor de bezoekers is er vooraf en in de pauze gratis koffie en thee. Om het bezoek aan dit grandioze muzikale evenement gemakkelijk te maken heeft KBO Best in samenwerking met de PVGE busvervoer geregeld. In Best zijn er twee opstapplaatsen; bij Prinsenhof en op het Wilhelminaplein. De bus is om 18.15 uur bij Prinsenhof en om 18.30 uur op het Wilhelminaplein. In de zaal is er een speciale ruimte gereserveerd voor onze groep. Voor het concertbezoek inclusief consumpties en vervoer tot voor de deur van de concertzaal en de retourreis zijn 65 kaarten beschikbaar. Kaarten kosten € 21,50 en zijn op vertoon van uw ledenpas te koop bij Cultuurspoor (alleen pinbetaling) De kaartverkoop is inmiddels gestart. Bij het bezoek aan de legerplaats gelden bijzondere veiligheidseisen, u moet in de bus behalve uw kaart (entreebewijs) ook een geldig identiteitsbewijs zoals rijbewijs, ID kaart of paspoort bij u hebben. Indien u dit niet kunt tonen, krijgt u geen toegang tot de kazerne

Kerstviering 2018

We hebben het al aangekondigd in de agenda van de vorige nieuwsbrief. Het einde van het jaar is in zicht en we willen het afsluiten met een prachtige middag. Op 19 december is er dan ook onze kerstviering in Prinsenhof. We beginnen met een koor dat voor ons een aantal liederen zal zingen. De naam van het koor is Xing. Hun repertoire bestaat o.a. uit gospel, volksmuziek, en klassiek. Daarna hebben wij een groep van 8 dames die ons de rest van de middag zal verwennen met hele leuke sketches zang en entertainment. De naam van het gezelschap is "T is aalt wa", en dat zal bij sommigen van u wel een belletje doen rinkelen. Het programma eindigt rond ca. 17.00 uur. Vanzelfsprekend zorgen wij voor een hapje en een drankje. We nodigen u van harte uit om deze viering bij te wonen want het is zeker de moeite waard. 19 december, Prinsenhof Aanvang 14:00 uur. De zaal gaat open om 13:15 uur!!! Kaarten zijn beschikbaar vanaf 3 december 10.00 uur bij Cultuurspoor. Kosten € 6,00 p.p., met pinpas te betalen.

Dag/tijd	Activiteit	Plaats	Contactpersoon	Tel.nr.
Maandag				
9.00 uur	Tai Chi	Vlinderhei	Ellen Toben	396456
10.30 uur	Line dansen	Vlinderhei	Annie van de Goor	372793
13.00 uur	Wandelen	Volgens afspraak	Arida Verburg	0640477162
13.30 uur	Bowlen	Vrijtijds-Centrum	Rien van Hoppe	311040
14.30 uur	Line dansen	Prinsenhof	Joke Prozee	0628287333
Dinsdag				
9.00 uur	Biljarten	Heerbeek	Jan van Berlo	396293
Woensdag				
9.30 uur	Biljarten	Heerbeek	A. Matheeuwsen	395104
10.00 uur	Wandelen	Volgens afspraak	Anne Berger	374328
9.00 uur	Wandelen	Prinsenhof	Thea van Krieken	398436
9.30 uur	Tai Chi	Vlinderhei	Pauly Peels	372547
10.45 uur	Tai Chi	Vlinderhei	Pauly Peels	372547
14.00 uur	Kienen	de Kadans	Truus van Laarhoven	373250
Donderdag				
1e donderdag				
14.00 uur	Kienen	Prinsenhof	Trees Thiel	871995
Vrijdag				
13.00 uur	Biljarten	Buurthuis Aarle	Pierre de Swart	373490
09.00u - 12.00u.	Koersbal	Vlinderhei	Jos Huiskens	871512



Kortingsactie KBO

Bij de volgende bedrijven kunnen leden van de KBO Best en van PVGE Best op vertoon van hun ledenpas kopen met korting. Vraag in de winkel naar de aard van de korting of kijk op www.kbobest.nl

- Ambacht Restaurant
- An Fong Chin.Ind. Rest.
- APK-station Van Rijssel Neutraal
- Autofood /Autobedrijf Van de Sande
- Beautysalon Best
- Best Barbers / Best Coffee
- Boetiek Oog & Design
- Bloemeshop Best
- Bloemerie Best
- BMS Bikes
- Cees Arends Optiek
- Choco & Zoet
- Cyclepoint Best
- Deelen Menswear
- Derollatorwinkel.nl
- Drukkerij Peters-Lodewijks
- Fitness The Jab
- Foto Aartsen
- Gloriosa Bloemen
- Groencentrum de Mortelen
- Harrie's Knipperij
- Jacqueline Hair & Beauty
- Juwelier Meier
- Loesje Ladies Fit
- Notaris Van Luijn
- Optimuscles Massage
- Pitch & Putt de Stapperij
- Praevision Financiële coaching
- Ron's Bandencentrale
- Relax Massages Best
- Salderes Bodycare
- Savante Belastingadvies
- Scootmobielspecialist
- Schoonheidssalon Ireina
- Shabo Kapper
- Sport Center Spear
- Stijlvol Groen Hoveniers
- Uitvaartverzorging Mutsaers
- ZHON Zorgwinkel

Deze lijst verandert regelmatig. Kijk daarom op www.kbobest.nl onder "Kortingsactie". Ondernemers: zin om aan te sluiten? Bel Willem van Beerendonk: 06 21 88 44 44



Nieuwe kortingspas, nieuwe kortingdeelnemer

Als KBO lid hebben we onlangs onze nieuwe kortingspas gekregen. De pas is inmiddels ook bekend bij de leveranciers die meedoen aan de kortingsactie. We zijn blij dat we er weer een nieuwe deelnemer aan toe kunnen voegen te weten: Restaurant An Fong, Nieuwstraat 68. (0499-371924) Op vertoon van uw pas krijgt u 10% korting*. Dat geldt niet alleen voor uzelf maar ook voor uw tafelgenoten, als u de rekening voldoet. We wensen u alvast smakelijk eten.

**De korting is niet van toepassing op afhalen*

Modeshow



Marianne, Margriet, Paula, Trees, Corrie, Ineke, Olga en Jolien liepen op 8 november op de catwalk tijdens de modeshow in de bovenzaal van De Cultuurbank. In samenwerking met KBO en PVGE werd door de firma Vorstenbosch Women/Lindessa een presentatie gegeven van wintermode en nachtkleding. Er werd een afwisselend programma

geboden. Na het welkom door Koos de Laat waren er presentaties van Johann Vorstenbosch over zichzelf, de geschiedenis van het bedrijf en gegevens van de huidige winkel. Denk aan aantal medewerkers, merken, stuks kleding, winkeloppervlakte. Deze presentaties werden telkens afgewisseld met een show door de bovengenoemde dames. Het betrof modieuze goed draagbare kleding (aan twee kanten te dragen jurk) met leuke accessoires (koop een hoed) en comfortabele nachtkleding (bedsokken met antislip zool). Het was zaak goed op te letten tijdens de presentaties, want aan het eind van het programma volgde een quiz. Met vragen als 'In welk jaar startte de manufacturenzaak Rickelman-v.d. Velden?' Na zitten en opstaan kreeg een gelukkige winnares een fikse tegoedbon. Alle medewerkenden ontvingen bloemen, zoenen en een gul applaus. Ook het publiek werd verwend, met koffie, thee, taart, een tasje met cadeautjes en een drankje ter afsluiting.

Vera Scharten

Foto: Een leuke en geanimeerde modeshow.



Johan Koelewijn

De Ronde 2
5683 CZ Best
T 0499 - 37 71 92
M 06 - 518 457 60
info@johankoelewijn.nl

www.johankoelewijn.nl



accountants en adviseurs

SABbest biedt een breed
dienstenpakket aan op het
gebied van accountancy
en (belasting)advisering.

Eindhovenseweg 28a
5683 KH BEST
(0499) 39 24 31
info@sabbest.nl
www.sabbest.nl

Volg ons op Twitter, Facebook en LinkedIn

Half Kerstkrentenbrood via KBO en Breadpoint

Bij deze Nieuwsbrief vindt u een bon voor een half krentenbrood per persoon. Dit is een jaarlijkse traditie van de KBO Best, in de kersttijd, voor onze leden. We hebben ze al besteld bij Breadpoint Brood & Banket, Oirschotseweg 7a. Ze liggen op 17, 18 en 19 december voor u klaar.

Kerstontbijt

De Huiskamer en CultuurSpoor Best verzorgen samen een heerlijk kerstontbijt. Een mooi moment om andere Bestenaren te ontmoeten en in de kerstsfeer te komen door het kerstverhaal wat wordt voorgelezen. Het ontbijt gaat door bij 10 aanmeldingen.

Aanmelden kan via receptie@cultuurspoorbest.nl.

Woensdag 19 december. 10:00 - 11:00 uur. Prijs: € 5,00

Lezing klassieke muziek door Jarmila Pavel

Vanaf 2009 verzorgt Jarmila Pavel lezingen over klassieke muziek waarbij deelnemers actief muziekfragmenten beluisteren en bespreken en de achtergrond van deze muziek door haar wordt toegelicht. Op die manier wil zij haar passie voor klassieke muziek delen en samen met u op ontdekkingsreis naar muziek die al eeuwen lang mensen weet te boeien. Op 11 december is er een lezing van Jarmilla met als titel: Van Renaissance tot Barok. De lezing is in het Cultuurbank Gebouw in de glazen zaal op de benedenverdieping (achter de trap) aan Raadhuisplein 30-32 in Best! De lezing start om 09.45 uur en duurt 2 uur; de prijs van €5,00 per persoon (inclusief 1 consumptie en materiaal). Na de donkere Middeleeuwen volgt de Renaissance in de 15e eeuw, waarin componisten als Desprez en Da Palestrina religieus getinte muziek componeerden voor kerken en missen. De vroege Barokperiode brengt componisten als Monteverdi, Dowland en Caccini voort en mondt uit in de Barokperiode waarin muziek van bekende componisten als Bach, Vivaldi en Handel de revue passeert. Een veelzijdige workshop met veel variëteit. U bent van harte welkom om te komen luisteren naar deze mooie muziek met een kop koffie of thee. Graag tot ziens bij de klassieke muziek workshop.

Jarmila Pavel. Tel.: 0499-313938/ 06 49596898

Voordracht Seniorweb: Mijn Overheid

In deze voordracht van Seniorweb bij CultuurSpoor licht de docent van Seniorweb toe wat Mijn Overheid voor u als burger betekent. Aanmelden via receptie@cultuurspoorbest.nl

Dinsdag 4 december van 10:15 – 12:15 uur. Prijs: € 5,00

Sfeervol harpconcert door Mea van Delden



Kerst moet nog komen en veel mensen luisteren in deze periode vaker naar klassieke muziek. De harp is een veelgebruikt instrument in de kerstmuziek, dit waarschijnlijk om zijn hemelse klanken. Om u nog een beetje in de sfeer te houden in de koude januarimaand komt harpiste Mea van Delden een concertje geven. Zij zal stukken spelen uit diverse muziekperiodes en stijlen van klassiek tot musical. Ook zal zij de stukken toelichten en vertellen over de harp en haar werk. Het kleine concert vindt plaats op de begane grond van Cultuurspoor ruimte 0.1

(achter de bar) op 15 januari 2019. Aanvang 14.00 uur. De toegangsprijs is € 7,50 inclusief een kopje koffie of thee met een plak cake. Contante betaling ter plekke. U kunt zich tot 23 december opgeven bij Pauly Peels, pauly.peels@gmail.com of tel. 372547

Verrassende lezing: Hoe hou ik mijn hersenen gezond?

Het onderwerp van de themamiddag van de seniorenraad op 14 november, “Hoe hou ik mijn hersenen gezond?” bleek een schot in de roos. Het trok 140 nieuwsgierige belangstellenden, die verrast werden door de spreker, Jac van den Goor van de Hersenstichting, ook al door de kwieke kwinkslagen waarmee hij bekende en onbekende informatie over de hersenen rondstrooide. Om maar vast enkele hardnekkige misverstanden weg te nemen: Vergeetachtigheid leidt niet tot dementie. Boodschappenlijstjes maken je hersenen niet lui. Stress is gezond voor je hersenen want dan blijf je gefocust, alleen te veel stress is slecht. Terwijl de hersenen niet meer wegen dan 1500 gram, verbruiken ze wel 20% van al onze energie.

Ze zijn hongerig, zeker naar stoffen die de communicatie tussen de hersencellen regelen. Die zitten vooral in het mediterrane dieet: noten en volkoren producten met veel vezels, verse groenten, natuurlijke oliën, weinig vlees. Dat verklaart de hoge leeftijden van mensen in Zuid-Italië en Japan. Vitamine B12 foliumzuur is het belangrijkste, o.a. voor de kwaliteit van je geheugen. De spreker waarschuwde de ouderen voor het verminderen van hun dorstgevoel. Als je dagelijks minder dan 1,5 liter water drinkt, stroomt het bloed minder goed en kunnen je hersenen daar minder stoffen aan onttrekken. Ook benadrukte de spreker hoe belangrijk het is dat je bij het ouder worden je hersenen blijft uitdagen. Dus niet lekker uitrusten, maar puzzelen, boeken lezen, instrument bespelen, nieuwe reisbestemmingen kiezen, museum bezoeken – dat alles houdt je hersenen gezond. Mentaal actief blijven en nieuwe uitdagingen aangaan. En ook bewegen. Niets is beter dan dat: twee keer sporten per week, wandelen, fietsen of gymnastiek. Juist als je daarin geen zin hebt, werkt het nog het beste! Bij sporten wordt er serotonine en dopamine aangemaakt, neurotransmitters die signalen doorgeven tussen hersencellen. Zelfs gezichtsgymnastiek werkt goed op je hersenen – kauwen, gekke bekken trekken, lachen – zo blijkt uit onderzoeken. Ook goed slapen is belangrijk, dus geen alcohol of flinke inspanningen van tevoren. De spreker adviseerde ook een notitieboekje naast je bed te leggen voor als gedachten je alsmat bezighouden. En tot slot een levendige sociale omgeving: draai mee in minstens 3 clubs of groepen in je sociaal netwerk. Op het eind van de lezing gingen de toehoorders naar huis met een duidelijk inzicht hoe je je hersenen gezond houdt: een actieve levensstijl, veel bewegen, goede voeding, genoeg drinken, niet te veel stress, goed slapen en meedoen in sociale groepen. Nalezen? Kijk op www.hersenchichting.nl

FILMS 50 PLUS BIOBEST THEATER DECEMBER 2018

AMORI FRAGIL	6 DEC. 7 DEC
FINDING YOU	13 DEC. 14 DEC.
LES GARDIENNES	20 DEC. 21 DEC.

**Info: www.biobest-theater.nl. Aanvang voorstelling: 14.00 uur
Toegangsprijs: € 6,50 p.p. incl. koffie/thee met cake.**



ZORGWINKEL



**ROLLATORS - SCOOTMOBIELLEN - HULPMIDDELEN
NIEUW & GEBRUIKT - HUUR & KOOP
SERVICE & ONDERHOUD**



Sint Odulphusstraat 2a | Hoofdstraat 18a - Best
0499-377173 | www.zorgwinkelbest.nl | www.zhon.nl

Open van: dinsdag t/m zaterdag tussen 10:00 & 17:00 uur



VAN LAARHOVEN | BOUW |

Van Laarhoven bouw

Zessprong 18, 5684 NV Best

+31 (0) 499 – 39 22 44

www.vanlaarhovenbouw.nl

Ouderenadviseurs KBO Best

Agnes de Ruiter 372662
Huub de Ruiter 372662
Trees Thiel 871995
Frans van Rosendaal 310966
Leo Valentijn 397072

Clientondersteuning W.M.O.

Ben de Klerk: bijdeklerk@onsbrabantnet.nl Tel. 06 26 97 32 03
Annelies Berende
tel. 329070 / 06-36514118 en anneliesberende@hotmail.com

Keuringen voor rijbewijs

Na telefonische afspraak kunt u zich voor uw rijbewijs laten keuren bij:
Dhr. Dr. Willems, De Schakel 1, Tel. 390579
Mevr. Dr. Elings, Berkt 18, Oerle, Tel. 040-2301452 Bereikbaar op
werkdagen van 19.00 tot 20.00 uur.

Colofon Redactie Nieuwsbrief

Anke Lips 373343
Jan van de Kerkhof 871183
Katrijn van der Weijden 373048
Vera Scharten 372457

Eindredactie

Willem van Beerendonk/Cor Delissen

Layout – druk Drukkerij Best

Kopij voor de volgende nieuwsbrief vóór 19 december 2018 digitaal
aanleveren bij redactiekbobest@gmail.com.
Het volgende Ons magazine met Nieuwsbrief komt uit op 8 januari a.s.
Mocht u geen Nieuwsbrief en/of Ons magazine hebben ontvangen,
kunt u bellen naar Jo Lips 373343 of Bert van Hoof 390386.



Wat doen we?

Soms heeft een klacht verschillende oorzaken. Door de nauwe samenwerking van Arcus kunnen we deze klacht vanuit verschillende invalshoeken onderzoeken. Binnen Arcus weten we elkaar snel te vinden en maken we veel gebruik van elkaars kennis en mogelijkheden. Op die manier ontvangt u de best passende zorg.



Ergotherapie
Best-Oirschot
Nazarethstraat 173
5683 AK BEST
tel. 06-13358448
www.ergobest.nl

Podotherapie
Brons
Bosseweg 7d
5682 BA BEST
tel. 0499-393352
www.podotherapiebrons.nl

Oefentherapie Cesar
Best-Oirschot
Jacob van Ruysdaelstraat 1
5684 ER BEST
tel. 0499-396979
www.oefentherapiecesarbest.nl

Fysio- en Manuele therapie
Meesters
Raadhuisplein 12
5683 EB BEST
tel. 0499-324568
www.fysiomeesters.nl

Psychologen Praktijk
Best
Kerkhofpad 3
5683 AH Best
tel. 0499-370080
www.ppbest.nl



Succesvolle maaltijdproeverij Zuidzorg

Woensdag 31 oktober was het weer zo ver, de maaltijdproeverij! Ditmaal in Bestwijzer in verband met hun tienjarig bestaan. Ruim 70 personen kwamen dit keer op de proeverij en genoten van een drie-gangen diner. Onder het genot van het lekkere eten, werd er flink gekletst en gelachen en kunnen we terugkijken op een geslaagde middag!

Hieronder een foto:



Voor iedereen alvast fijne feestdagen!

Voor in het nieuwe jaar staat de kienmiddag gepland in samenwerking met de andere thuiszorgorganisaties. Hierover zal de volgende keer meer te lezen zijn.

Groetjes Meggie & Linda: Zuidzorg Best

Computerprobleem? Bel Joost van Hak!

Joost van Hak helpt KBO leden aan huis met computerproblemen en problemen met tablets en smartphones. De hulp gaat van advies bij aankoop tot het oplossen van problemen. Voor de computerhulp vraagt hij wel een kleine vergoeding voor zijn onkosten. Het bedrag hiervoor is vanaf 10 euro voor de kleine klusjes. Is het klusje wat groter, dan wordt het tarief wat hoger. Eveneens is het mogelijk aan huis instructie te krijgen over het gebruik van de computer of programma. Het tarief hiervoor is 10 euro voor een sessie van ongeveer 50 min; men moet zelf aantekeningen maken. Joost kan voor zijn hulp alleen gebeld worden op 0621404138 Tussen ongeveer 10.00 uur en 17.00 uur. Ook dan kan het zijn dat zijn telefoon is uitgeschakeld, probeer het dan later of de volgende dag nog eens.