

Bestuursamenstelling KBO Best en verantwoordelijkheid voor de diverse werkgroepen

Voorzitter	Gaston Slagers 751803 Beleidszaken gastonslagers@hotmail.com
Secretaris	Jo Goossens Ledenadministratie, coördinator clubs 378960 secretariaatkbobest@gmail.com Mauritslaan 10, 5684 LE Best
Penningmeester	Caren Herps, 06-25036954 penningmeesterkbo.best@gmail.com
Bestuurslid	Henk van den Heuvel 06-42991953 PR en Voorlichting henkvandenheuvel@onsmail.nl
Bestuurslid	Koos de Laat 06-52337163 Reizen en excursies jdelaat1@kpnmail.nl
Bestuurslid	Angela Schoonen 06-17425861 Coördinator individuele belangenbehartiging schoonen. angela@gmail.com
Bestuurslid	Gerard Govers 371055 Coördinator evenementen en ledenbijeenkomsten ggovers@onsbrabantnet.nl
Bestuurslid	Frank Montulet. 06-10954560 Coördinator collectieve belangenbehartiging frankmontulet@gmail.com

Men kan zich dagelijks als KBO-lid melden via bovenstaand adres of via een formulier 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

Best verruimt toegang zorgverzekering minima



Normaal gesproken kun je maar 1 keer per jaar overstappen van zorgverzekering: tussen half november en 1 januari. In sommige situaties kun je ook na 1 januari nog kiezen voor een nieuwe zorgverzekering, maar de mogelijkheden zijn dan wel beperkt. Als je vóór 1 januari een nieuwe zorgverzekering aanvraagt, zegt je nieuwe verzekeraar automatisch je huidige verzekering voor je op. Wil je liever wat langer bedenktijd? Dat kan. Als je voor 1 januari zelf je huidige verzekering

opzegt, heb je tot 1 februari de tijd om een nieuwe verzekering te kiezen. De nieuwe verzekering gaat dan altijd met terugwerkende kracht in vanaf 1 januari. Onlangs heeft onze gemeente besloten om de toegang tot de collectieve zorgverzekering voor minima met ingang van 1 januari 2018 op te trekken van 110 % tot 120% van het minimumloon. Met dit besluit worden nog meer minima in staat gesteld om zich, via onze gemeente, aan te melden voor de collectieve ziektekostenverzekering. Hiervoor heeft onze gemeente een contract met VGZ en CZ.

De aangeboden verzekeringspakketten zijn aantrekkelijk. Deelname aan de basisverzekering levert iedere deelnemer een premiekorting op van 6%. Voor de verschillende aanvullende pakketten betaalt de gemeente bovendien een behoorlijke maandelijkse bijdrage. De gemeente heeft toegezegd om de betreffende regeling tijdig en breed te communiceren, waarbij tevens aandacht is gevraagd om mogelijk benodigde ondersteuning bij de aanvraag te organiseren en bekend te stellen. Het ligt in de lijn der verwachting dat ook onze vrijwillige ouderenadviseurs en de cliëntondersteuners WMO daar een rol bij kunnen vervullen. Ik adviseer de mensen die denken dat ze voor deze collectieve zorgverzekering in aanmerking komen om de komende weken Groeiend Best goed in de gaten te houden en dan specifiek de pagina 'Best informatief' van de gemeente Best. Jullie KBO zal een vinger aan de pols houden en bewaken dat de gemeente haar toezeggingen nakomt.

Jullie voorzitter, Gaston Slagers

Van de Bestuurstafel

KBO-Best maakt al bijna zestig jaar onderdeel uit van de Bestse samenleving. Een vereniging van, voor en door senioren met een sociaal gezicht en warme uitstraling. Een seniorenvereniging waar iedereen welkom is en die opkomt voor de belangen van de senioren. Dat KBO-Best al meer dan 1600 leden heeft, onderstreept dat veel senioren deel willen uitmaken van de grootste “familie” in Best. Op de Heiday, die gehouden werd op 20 juli 2017, hebben de bestuursleden (onder leiding van Sandra Conijn van Welzijn Best-Oirschot) bekeken hoe we de “jongere ouderen“(vanaf 55 jaar) kunnen werven voor onze vereniging. Tijdens de bestuursvergaderingen van de afgelopen maanden hebben we werkgroepjes geformeerd die elke een eigen taak kregen. Zo gaan enkele bestuursleden (met technische ondersteuning van vrijwilliger Tom Herps) proberen de website een moderne “look“ te geven. Het doel is dat meer (jonge) mensen de website gaan bezoeken. Minder tekst, meer foto's van activiteiten en clubs. Met deze nieuwe website zijn we al begonnen en over een paar maanden willen we deze website presenteren. In de toekomst willen we ook regelmatig een “nieuwsflits“via mail verspreiden en daarom is het belangrijk dat u uw mailadres doorgeeft aan onze secretaris. Ook in de nieuwsbrief mag elke maand een club zich presenteren. Een andere werkgroep binnen het bestuur bekijkt de mogelijkheid voor kleinschalige activiteiten/workshops. Verder zijn we ook benieuwd naar hoeveel mensen gestemd hebben op de KBO-Best èn natuurlijk hoeveel we krijgen uit de Rabo Clubkas. Een KBO-tuintje, zodat mensen “op hoogte“kunnen tuinieren, kan dan mogelijk gerealiseerd worden. Henk van den Heuvel (PR en Voorlichting)

Kerstviering op 20 december

Het is nog niet zo ver, maar de kerst komt nu toch ook met rasse schreden dichterbij. En in december vieren wij natuurlijk met onze KBO-leden het kerstfeest. Vorige jaren hebben wij dat in samenwerking met het Rode Kruis gedaan, maar nu doen we het weer door en voor ons zelf. We hebben al een leuk programma bedacht. Natuurlijk krijgt u wat lekkers te eten en te drinken, maar we hebben ook “De Pimperlennen” uitgenodigd. Dat zijn 4 dames uit Volkel, die met hun Brabantse humor, in de vorm van sketches en muziek, een mooie kerstvoorstelling presenteren. We maken er een gezellige middag van! 20 December, Prinsenhof, 14:00 uur. Kaartjes vanaf 6 dec. à 5,- bij Cultuurspoor Best, ná 14 uur. Graag met pinpas betalen.

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

Nieuwe Leden

Mevr. A. Walravens- van de Ven
Dhr. A.P.E.Walravens
Dhr. M.P.J. Colen
Dhr. R.J.T. Wildenberg
Dhr. C.H.J. Castricum

Overleden

Mevr. M.A. Diesveld- de Vet

Onze 85-jarigen en ouder in oktober en november

05 nov. Dhr. H. Vlassak
06 nov. Mevr. C. Hulsen
08 nov. Dhr. H. Gerrits
14 nov. Dhr. Th.P.J. van Overbeek
15 nov. Dhr. J.H. Kleijne
15 nov. Dhr. J.H. Driessens
17 nov. Dhr. M.P.M. de Laat
23 nov. Dhr.E.M. Blommaart
23 nov. Dhr. J.F. Verhagen
24 nov. Mevr. E. Smits
24 nov. Mevr. A.M.Th. van Overbeek- van de Sande
27 nov. Mevr. J.M. Konings
27 nov. Dhr. L.C. van Rosendaal
28 nov. Mevr C. Herijgers- van der Heijden
28 nov. Dhr. A.M. Vermeer
03 dec. Mevr. C.W.van de Ven- van den Hurk
04 dec. Dhr. B.van Kollenburg
04 dec. Dhr. J.C.N. van de Sande
04 dec. Mevr. H.C.B. Blommaart- van de Sande
05 dec. Dhr. J.C.M. van Genuchten
08 dec. Mevr. P.J. Harks-van Laarhoven
09 dec. Mevr. H. D. Leng

Alle 85-jarigen worden bezocht door een van de drie dames: Agnes de Ruiter, Anny Nijtmans of Nel Brands. 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.



Vertrouwd Dichtbij



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

Trip met modeshow Kloostermode Boskoop

Om halfnegen vertrokken we met 36 personen naar Boskoop om een modeshow van de Firma Klooster in Boskoop bij te wonen. De reis verliep voorspoedig, zodat we op de geplande tijd in Boskoop arriveerden, waar we ontvangen werden met een kopje koffie/thee en lekker gebak. De heer van de Klooster heette ons persoonlijk welkom. Zijn zoon Leon is in het verleden meestal in Best geweest en die vond het heel jammer dat het in Best niet door kon gaan, want ze werden altijd heel vriendelijk ontvangen bij ons. Om 11.00 uur startte de modeshow met de mannequins Inge, Ans en Marian. Zij toonden ons de mooiste kleding van goede merken, zoals Rabe, Toni, Esmee (hun eigen merk), Leona, Gollehaug, Frank Walder, Lebek, Setterlady, Hegler en Brandtex. Wat ze presenteerden was zeer divers: jassen, broeken, truien, vesten, rokken, jurken, bomberjacks en blazers. Er was voor iedereen wel iets leuks te vinden in de maten 36 tot 52/54, zowel voor "jongere ouderen" als voor "oudere jongeren". Ook waren er "neppieces": in plaats van een deux-piece zaten trui en vest aan elkaar. En als er iets vermaakt moest worden, werd dat meestal ter plaatse gedaan, zodat erop gewacht kon worden. Na de modeshow kregen we een lunch aangeboden en daarna werd de groep in tweeën gesplitst: één groep kreeg een kleine rondleiding in het distributiecentrum, waar 7 tot 10.000 stuks kleding hing en daarna werd er een Bingo georganiseerd, waarbij kleine prijsjes gewonnen konden worden en 2 tegoedbonnen van € 15,00. De andere groep kon intussen naar hartenlust winkelen in de modezaak. Later werd de boel omgedraaid. Na afloop kregen we nog koffie/thee, waarna we om 15.00 uur voldaan huiswaarts keerden. Gelukkig hadden we niet te veel files onderweg en kwamen we rond half 5 in Best terug. Iedereen had erg naar de zin gehad



en vond het voor herhaling vatbaar. Wellicht kunnen we volgend jaar weer gaan, want dan bestaat de firma 40 jaar en dan zijn er diverse jubileumshows.

Foto's van de show kunt u vinden op onze website: www.kbobest.nl.

*Foto: mooie en kleurrijke kleding
Anke Lips*

BestSmile, als het beter moet!



BestSmile.nl

Tandheelkunde - Implantologie

Oirschotseweg 70, 5684 NK Best
Tel: 0499 - 39 29 20 www.bestsmile.nl

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



Maaltijdproeverij Zuidzorg

Op woensdag 25 oktober zijn we te gast geweest bij een van de partners van KBO Best: Zuidzorg. Daar had men die middag een maaltijdproeverij georganiseerd voor vooral senioren. Er waren ruim zeventig gegadigden op dit buitenkansje af gekomen. Voor vijf luttele eurootjes konden we daar een voorbeeldmenu genieten van de maaltijdservice aan huis die Zuidzorg aanbiedt. Een uitkomst voor hen die niet zelf willen of kunnen koken. Op deze manier krijgt men voldoende en gevarieerd voedsel aangeboden. Het is bekend dat met name voor senioren uitgebalanceerde voeding van groot belang is. Een verantwoorde afwisseling zorgt ervoor dat je voldoende broodnodige vitamines en andere stoffen binnen krijgt. Mag zoiets nodigs dan ook lekker zijn? Ja dat mag. En dat kan ook, zo bleek ons. We hebben een uiterst smakelijk tomatensoepje gekregen. Aardappelpuree met hachee en heerlijke rodekool. Plus een lekker en ruim dessert. Allemaal oer-Hollands en degelijk. Maar het was vooral ook gezellig. Er wordt wat afgebuurt als die oude Bestenaren bij elkaar komen. Zo van: och kèk zedde gij er ook nog...

Toen leidster Meggie van der Heijden van Zuidzorg aan het slot nog een woordje sprak, konden zij en haar collega's op een verdiend applaus rekenen. Na afloop kreeg eenieder nog een ruime shopper mee naar huis met daarin de nodige documentatie en eenvoudige relatiegeschenken. De Engelsen noemen dat een "goodiebag". In Best zouden ze vroeger gezegd hebben: un kadozèkske...



Foto: lekker eten en degelijke praat.

Willem van Beerendonk. Foto: Jan van de Kerkhof

Gouden Bruidspaar Wouters



Willy en Albert Wouters zijn op 3 november 1967 getrouwd in hun geboorteplaats Tiel en vieren dus dit jaar hun Gouden Huwelijksfeest. Ze ontmoetten elkaar letterlijk “op de dansvloer”. Nadat Albert in 1969 bij Vroom en Dreesman in Eindhoven op de administratie ging werken, verhuisde het echtpaar in 1971 naar Best. Willy heeft eerst een eigen modevakschool gehad en heeft daarnaast als lerares (modevak) gewerkt. In 1988 begon Willy een wol- en handwerkwinkel op de hoek

Raadhuisplein en de Hoofdstraat (op deze locatie zit nu een Osteopaat). “Toen ik hoorde dat de administratie naar Amsterdam verhuisde, zag ik het niet zitten elke dag vanuit Best met de trein naar Amsterdam te gaan of te verhuizen. Daarom besloot ik samen met mijn vrouw op 1 januari 1993 een zelfstandig administratiekantoor (aan huis) te starten”, vertelt Albert, terwijl zijn vrouw Willy ondertussen laat zien dat Brabantse gastvrijheid (koffie met iets lekkers erbij..) bij haar hoog in het vaandel staat. Het administratiekantoor liep zo goed dat hun oudste zoon in 2004 erbij kwam. In 2009 ging het echtpaar met pensioen en zette de zoon het bedrijf voort in Tilburg. Het echtpaar heeft twee zonen en vier kleinkinderen (2 meisjes en 2 jongens). In zijn vrije tijd is Albert tien jaar penningmeester van Vormingscentrum de Wig geweest en in 2009 werd hij penningmeester van de Stichting Zalencentrum Prinsenhof. Vanaf 2016 is hij voorzitter van de zelfstandige Stichting. Willy is zich ondertussen na haar pensionering fanatiek gaan bezighouden met Line Dansen en ze organiseert samen met anderen de vrije dansavonden op vrijdag en de Countryfeesten op de zondagmiddag, waarbij bekende artiesten optreden. Het Gouden Huwelijksfeest wordt in besloten kring gevierd.



Biljarten in Aarle

“Tijdens het biljarten wordt er veel gepraat, maar weinig gezegd”, luidt een oud gezegde. Het is nog steeds waar. Elke vrijdagmiddag komen een tiental biljartliefhebbers in Aarle bij elkaar. Een gezelligheidsgroepje waarbij iedereen zijn best doet om op het eind van het kwartaal de felbegeerde oorkonde als “kwartaalkampioen” in ontvangst te nemen. “Er wordt fanatiek gebiljart, maar regelmatig wordt er gelachen om de opmerkingen van de mensen die staan toe te kijken. Die weten het meestal beter en dat laten ze dan ook regelmatig horen”, vertelt Pierre de Swart, terwijl ondertussen een bal gemist wordt omdat er “te dik” gespeeld wordt. De wedstrijdverslagen worden door hem en Huub de Ruiter bijgehouden, terwijl de andere deelnemers over hun schouder meekijken om te zien of ze nog een kans maken op de oorkonde. De samenstelling van de groep verandert regelmatig, omdat iemand is overleden of niet meer mee kan doen. Wanneer vervolgens zich iemand aanmeldt, kijken we wel of hij bij de groep past. Wij zijn “huis-, tuin- en keukenbiljarters, waarbij het gemiddelde ligt tussen de 0,8 en 1,8”, vult Huub de Ruiter aan. Tegen de Kerstdagen wordt er gezorgd voor een Kerstlunch en voordat de vakantieperiode (in augustus) aanbreekt, zorgen de twee organisatoren voor een hapje en een drankje.

Dit was dan het tweede clubje dat een plekje heeft gekregen in de nieuwsbrief. Inmiddels hebben alle contactpersonen van de clubs een



mailtje gekregen met de uitnodiging hun club te “promoten”. Graag met een logo of foto erbij. De bedoeling is dat in de komende nieuwsbrieven alle clubs aan bod komen. Voor meer informatie kan men contact opnemen met het bestuurslid Henk van den Heuvel.

Foto: de biljarters leggen aan.



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

Therapeutische lachbehandeling van Zuster Begonia



Dat lachen gezond is, weten we al heel lang, maar vergeten we vaak. Tijdens het jaarlijkse Herfstfeest woensdag 11 oktober gaf zuster Begonia van de Stichting Goud voor Oud een therapeutische “lachbehandeling” in de met ruim 160 aanwezige KBO-leden uitpuilende grote zaal van de Prinsenhof in Best. Stichting Goud voor Oud werkt met artiesten die de mens zien achter een beperking. Zuster Begonia bracht een muziekprogramma met herinneringen en liedjes uit gouden tijden, zeer persoonlijk (met een vrolijke noot en hier en daar een kwinkslag) voorgedragen. Na enkele

liedjes werden de stoelen een beetje naar achteren geschoven om uit volle borst mee te kunnen zingen (en inhaken) met liedjes als Ja zuster, nee zuster, Het tuinpad van mijn vader, Och vaderlief, toe drink niet meer en nog meer van die bekende smartlappen die vroeger op elk feestje gezongen werden. Een zeer geslaagde middag met hoogtepunt ongetwijfeld het optreden van onze voorzitter Gaston die samen met zuster Begonia het lied Dokter Bernard vertolkte. “Problemen zijn minder groot wanneer je erom lacht”, was het motto van de struise zuster. Tussendoor zorgden de Golden Girls dat iedereen bij binnenkomst een kopje koffie of thee kreeg, in de pauze een drankje en na het tweede optreden van zuster Begonia een heerlijk bakje friet met kroket. Ook had de werkploeg, onder aanvoering van Paula Niemeijer gezorgd voor enorm veel prijzen bij de traditionele loterij.

Zie onze website voor meer foto's, door hoffotograaf Jan van de kerkhof.

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
- APK-station Van Rijssel Neutraal
- Autofood /Autobedrijf Van de Sande
- Beautysalon Best
- Boetiek Oog & Design
- 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
- Juwelier Meier
- Kemenade IJzerwaren
- Loesje Ladies Fit
- Notaris Van Luijn
- Optimuscles Massage
- Pitch & Putt de Stapperij
- Praevison Financiële coaching
- Ron's Bandencentrale
- Relax Massages Best
- Salderes Bodycare
- Savante Belastingadvies
- Scootmobielspecialist
- Schoonheidssalon Ireina
- Shabo Kapper
- Smits Dierenpeciaalzaak
- Smits Elektrotechniek
- Sport Center Spear
- Stijlvol Groen Hoveniers
- Uitvaartverzorging Mutsaers
- Vorstenbosch Women
- 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

Algemene bezoekgroep KBO Best

Voor alle leden die, om welke reden dan ook, behoefte hebben aan wat extra aandacht, heeft KBO Best een bezoekgroep opgericht. Wij praten zowel over lief als over leed. Wilt u zelf bezoek, of weet u iemand die graag een bezoekje wil krijgen van onze enthousiaste vrijwilligers, laat het weten, telefonisch op nummer: 0499-372561. Het gaat om fijn sociaal contact, maar vooral een luisterend oor. Onze vrijwilligers zijn: Mw. Jose van Dorst, Mw. Clasine Janssen, Mw. Lenie van der Ven en Bert van Rijzewijk. Wij zijn er voor u!

Dag/tijd	Activiteit	Plaats	Contactpersoon	Tel.nr.
Maandag				
9.00 uur	Tai Chi	Vlinderhei	Hetty de Bok	0615284072
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				
9.00 uur	Biljarten	Heerbeek	A. Matheeuwsen	395104
9.00 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	Beppie Pluym	392683
Donderdag				
1e donderdag				
14.00 uur	Kienen	Prinsenhof	Trees Thiel	871995
Vrijdag				
13.00 uur	Biljarten	Buurthuis Aarle	Pierre de Swart	373490





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

Informatiebijeenkomst over voeding

Wat is nu gezonde voeding voor senioren?

En hebben voedingssupplementen zin? Deze en vele andere vragen over voeding komen aan de orde tijdens een bijzondere informatiebijeenkomst van de SeniorenRaadBest op donderdag 23 november van 14.00 tot 16.00 uur in de Prinsenhof. De entree bedraagt twee euro, inclusief een kopje koffie of thee. Inleider bij deze bijeenkomst is Prof. Dr. IR. Lisette de Groot, hoogleraar Voeding voor de Oudere Mens aan de Universiteit van Wageningen. Ook is ze ambassadeur van Active Ageing Nederland. In die functies is zij betrokken bij onderzoek naar hoe voeding, gecombineerd met een gezonde leefstijl onze verouderingsprocessen kunnen vertragen. Denk bijvoorbeeld aan botontkalking, afname van de spierkracht en spiermassa, afname van concentratie en geheugen en verminderde eetlust. Hoe kunt u deze processen met uw voeding beïnvloeden. Na de pauze is er een panel, bestaande uit de inleider, Suzanne Blom (diëtiste uit Best) en Jan Ackermans (oud-huisarts uit Best).

FILMS 50 PLUS BIOBEST THEATER NOVEMBER 2017

GOING IN STYLE DO. 09 VR. 10

JACKIE DO. 16 VR. 17

LOVING VINCENT DO. 23 VR. 24

DEMAIN TOUT COMMENCE DO. 30 VR. 1 DEC.

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

Herziening huidige pensioenstelsel

We hebben na ruim 200 dagen een nieuw kabinet. Een van belangrijke onderwerpen voor de komende tijd is de herziening van het huidige pensioenstelsel. Een ingewikkeld onderwerp met grote gevolgen voor zowel de werkenden als de gepensioneerden. De vier partijen hebben afgesproken dat de werkgevers en werknemers de tijd krijgen met een voorstel te komen. Het idee is dat iedereen een eigen pensioenpot krijgt die je ook kunt gebruiken voor de financiering van je huis. Dit betekent afscheid nemen van ons wereldberoemde collectieve pensioenstelsel. Uit berekeningen blijkt nu al dat dit ten koste zal gaan van de uiteindelijke

pensioenuitkering. Met andere woorden: Het stuk eigen pensioen (dat je hebt opgebouwd samen met je werkgever) dat je naast je AOW krijgt, zal minder groot worden. Iedereen weet dat de achterstand van de gepensioneerden tientallen procenten bedraagt. De huidige pensioenen worden momenteel beheerd door pensioenfondsen waar de werkgevers en werknemers de verantwoordelijkheid dragen. De regels die men moet hanteren zijn deels door de overheid en de Nederlandse Bank bepaald. Deze Nederlandse Bank (DNB) ziet toe op de pensioenfondsen. Een strenge rekenmeester, maar dat is op zich niet zo'n probleem. Het zijn immers onze euro's die gespaard zijn. Alleen de spelregels die de pensioenfondsen moeten hanteren zijn niet reëel. De inkomsten van de pensioenfondsen (meer dan 100 miljard per jaar!) bestaan uit pensioenpremies die we allen betalen en de beleggingsresultaten in aandelen, obligaties etc. Deze rendementen zijn essentieel voor de uiteindelijke hoogte van de uitkeringen. Het gemiddelde rendement laatste eeuw is ruim 5%. Sommige jaren meer dan 10%, soms minder dan 1%. Het gezamenlijke vermogen bedraagt nu ca. 1200 miljard euro, sinds 2003 is dit verdubbeld. Elk jaar wordt 80 miljard euro toegevoegd aan de reserves. Kortom de fondsen (de pensioenspaarders en gepensioneerden) zijn steenrijk. De politieke afspraak is dat de pensioenfondsen niet met het bovenstaande rendement mogen rekenen maar de marktrente moeten gebruiken in de berekeningen; deze is echter ver onder de 1%. Dit betekent ogenschijnlijk dat de toekomstige pensioenen niet veilig zijn! Dit is echter grote onzin, de rendementen zijn prima en het vermogen groeit elk jaar fors, voldoende om toekomstige pensioen te betalen en te indexeren. Dit is al het geval indien gerekend kan worden met 2% rendement. De pensioenfondsen moeten kunnen rekenen met een realistisch rendement en niet met de marktrente. De Nederlandse Vereniging van Gepensioneerden (KNVG) heeft daarom mede ondersteund door KBO Brabant en de PVGE, een manifest opgesteld RED ONS PENSIOENSTELSEL.

Wie dit manifest wil steunen kan dit via internet doen
www.red-ons-pensioenstelsel.nl.

Hoofdpijnen van dit manifest

- Pensioenen gaan iedereen aan.
- Het Nederlandse pensioenstelsel is houdbaar.
- Maar het pensioenstelsel is door de Nederlandse politiek onhoudbaar gemaakt.
- De vermogens stijgen veel harder dan de verplichtingen.
- Het aanvullend pensioen en de AOW vormen samen een essentieel

stelsel om de levenswijze van voor het pensioen na pensionering te kunnen voortzetten.

- De vermogens van pensioenfondsen zijn een unieke troef van de Nederlandse economie.
- Binnen het huidige stelsel zijn verbeteringen mogelijk.
- Uitsluiting van grote groepen van de bevolking moet worden voorkomen.
- Stop met discussiëren en kom met oplossingen binnen huidige stelsel.
- Politiek moet pensioenfondsen niet langer dwingen zich kunstmatig arm te rekenen.

Als u meer wil lezen over pensioenen is hierover een kritisch boekje verschenen van Rob de Brouwer, 19 mythes en onwaarheden over ons pensioenstelsel.

Frank Montulet, Bestuurslid collectieve belangenbehartiging

Heel Nederland leest

Boekendienst aan huis

Speciaal voor iedereen die niet zelfstandig naar de bibliotheek kan komen Kent u iemand die niet (meer) naar de bibliotheek kan komen, maar wel graag boeken leest? Dan kunt u hen wijzen op de Boekendienst aan Huis. Wij werken met enthousiaste vrijwilligers, die de boeken uitzoeken, wegbrengen en ook weer ophalen. De Boekendienst aan huis kost niets extra. Alleen een abonnement van de bibliotheek is nodig.

Hoe werkt het?

U meldt zich aan door contact op te nemen met Lilian Willems de contactpersoon van de “Bibliotheek aan huis”. Dit kan telefonisch (tel. CultuurSpoor Best: 372609) of per mail lwillems@cultuurspoorbest.nl

Zij geeft naam en adres door aan één van de vrijwilligers. De vrijwilliger neemt dan spoedig contact met u op voor een afspraak. De vrijwilliger komt bij u thuis om u in te schrijven (wanneer u nog geen lid bent) en om kennis te nemen van uw voorkeuren en wensen.

U kunt romans (ook groot letter) lenen of informatieve boeken en luisterboeken

Nederland Leest: robotica

Nederland Leest de toekomst, van 1 t/m 30 november 2017. In november krijgen leden van de bibliotheek het boek "Ik robot" van Isaac Asimov cadeau. Een actueel onderwerp.

Robotica

Robotica is nadrukkelijk een thema dat overal in de maatschappij speelt. Niet alleen technische bedrijven, maar ook zorginstellingen, onderwijsinstellingen, landbouw, culturele instellingen hebben er mee te maken. De robots waren al een eeuw geleden voorspeld, maar ze komen er nu echt. Binnen een paar jaar zijn zelfrijdende auto's, bezorgdrones en machines met kunstmatige intelligentie de normaalste zaak van de wereld. Waar eindigt dit? In een zonnige toekomst of is dit juist het begin van het einde van de mens? Wat staat ons de komende jaren te wachten?

Het boek Ik Robot

Ik, robot is de vertelling van Isaac Asimov rond de hoofdpersoon Susan Calvin, robotpsycholoog in 2057, die terugblijkt op haar leven. Ze ontmoette een verliefde robot, Het zijn verhalen over menselijke trekken die bij robots ontstaan. Hoewel sommige verhalen in de bundel al meer dan een halve eeuw geleden geschreven werden, zijn ze qua inhoud, stijl en humor nog steeds actueel. Een spannend boek met ook nog echte breinbrekers!

Activiteiten bij CultuurSpoor Best

We hebben in de bibliotheek ook lezingen en workshops over drones en computers. Kijk op de website en in Groeiend Best wat er in november allemaal te doen is.

Liever Thuis Beurs Eindhoven

23 t/m 25 november 2017

Beursgebouw te Eindhoven Dagelijks
open van 10.00 tot 17.00 uur

Op de Liever Thuis Beurs maakt u kennis met een grote gevarieerde groep van aanbieders die laten zien wat er allemaal mogelijk is om

comfortabel, veilig en met plezier thuis te blijven wonen. Of u nu komt kijken voor uzelf, uw ouders, vrienden of juist vanuit een professioneel oogpunt de beurs bezoekt. De deelnemers staan voor u klaar met een uitgebreid advies afgestemd op uw situatie. Het aanbod is enorm divers, zo ontvangt u advies over het (ver)bouwen van uw woning of over hoe u het maximale uit uw woongenot kunt halen. Maar maakt ook kennis met aanbieders die alles weten over het behouden van een gezonde levensstijl met gezonde voeding en beweging of aanbieders die u kunnen ondersteunen in dagelijkse taken. Naast “liever thuis!” vindt het evenement “LEEF!” plaats. Hier staan gezondheid, voeding, comfort, luxe en woongenot centraal. Wanneer u “liever thuis!” bezoekt, kunt u ook gratis naar “LEEF!” Hier vindt u onder andere een Mooi & Gezond plein, een Vakantieboulevard en diverse aanbieders van moderne en luxeproducten en diensten. De gratis toegangskaarten zijn uitgedeeld tijdens het Herfstfeest in de Prinsenhof en ons bestuurslid Henk van den Heuvel heeft nog gratis toegangskaarten beschikbaar.

Feestelijke afsluiting TOM-project

Ze waren er bijna allemaal, op donderdagmiddag 28 september in de Prinsenhof: de deelnemers, de vrijwilligers en alle betrokkenen van alle faciliterende organisaties van het TOM-project. Het was immers tijd voor een feestje, om nog een keer terug te kijken, om de resultaten en leerpunten te benoemen, om iedereen te bedanken en ... om weer vooruit te kijken. Nico Vrijenhoek herinnerde iedereen er nog eens aan waarom de seniorenraad in dit project is gestapt en hoe de doelstelling van dit project “De mobiliteit van 65-plussers stabiliseren of verbeteren zodat men langer zelfstandig kan blijven wonen” zo goed past bij de doelstellingen van de seniorenraad. Wethouder Annegien Wijnands gaf aan hoe trots de gemeente is met de voortrekkersrol van Best en met de bijdrage van alle organisaties en vrijwilligers.” Mobiliteit en zelfredzaamheid”, gaf zij aan, “gaat immers ook over het elkaar weten te vinden”. Zij sprak de wens uit dat nu wegen gevonden gaan worden om voor dit pilotproject, in Best een vervolg te vinden. Jessica Hohenschon, projectleider van het TOM-project en in dienst van Philips Innovation Services nam de gelegenheid te baat om van alle onderdelen van het TOM-programma de leerpunten en resultaten aan te stippen. Aan de orde kwamen: de In Balans trainingen, de aandacht voor voeding, het contact aan de deur met de medewerkers van PostNL, de bewegingsmonitor, de inzet van

de Summa studenten, de ondersteuning van de zorgconsulenten van ONVZ en het invullen van de vragenlijsten door de deelnemers. Zij gaf aan dat er nog een laatste nameting gepland staat in de eerste week van februari 2018 en dat later alle eindresultaten teruggekoppeld zullen worden. Ronald van Litsenburg van Welzijn Best Oirschot was verheugd mee te kunnen delen dat de beslissing is genomen om een vervolgproject “à la TOM “ op te zetten. De al gevormde kerngroep met deelname van Seniorenraad, Summa en WBO, heeft de intentie om alle andere relevante partijen te benaderen. En dan was het tijd voor een uitgebreid “Dank u wel”. Jessica Hohenschon bedankte achtereenvolgens de organisaties van het consortium, in het bijzonder Danone/Nutricia voor hun grote bijdrage in de financiering van het project, de deelnemers van de seniorenraad met Frans den Dekker in de rol van lokale projectleider, de TOM ondersteuners van KBO en PVGE, de Gemeente Best, KBO Brabant, de VBOB, de begeleiders en de studenten van Summa Zorg, de In balans coördinator en haar trainers, de diëtiste, de bezorgers van PostNL en vanzelfsprekend alle deelnemers. Nico Vrijenhoek had tot slot van het formele gedeelte en in naam van de seniorenraad nog bijzonder lovende woorden voor de rol van projectleider Jessica Hohenschon. Heel passend kreeg zij een boek met een titel die precies aangeeft hoe zij zich in het afgelopen jaar heeft gevoeld: “Thuis in Best”. Tijd was er tenslotte voor het gezellig nakaarten met een hapje en een drankje. Voor alle betrokkenen betekent TOM intussen immers ook “aandacht voor elkaar”.

Uitnodiging vrijwilligers seniorenverenigingen

De contactpersonen voor activiteiten, clubcoaches, coördinatoren, huisbezoekers, cliëntondersteuners, ouderenadviseurs, belastingadviseurs, bodes nieuwsbrief, organisatoren van evenementen, de felicitatiedienst, de ouderenbezoekers, de klusjesman en alle andere vrijwilligers die actief zijn binnen onze seniorenverenigingen.

PVGE-Best en de KBO-Best willen de krachten bundelen om ouderen in Best op te zoeken die hulp zouden willen hebben en hen te helpen. Er zijn al veel vrijwilligers actief binnen onze verenigingen. Deze vrijwilligers hebben veel en goede contacten met de leden. Wat is er nu mooier dat we via deze vrijwilligers meer zicht krijgen op de wensen en behoeftes

van ouderen? Is dit nodig? Wij denken van wel. In onze gemeente is al veel onderzoek gedaan waaruit blijkt dat nog veel ouderen met vragen, wensen of problemen zitten en die vanuit hun situatie niet alleen tot een oplossing kunnen komen. Maar deze onderzoeken zijn altijd anoniem waardoor wij niet weten wie die ouderen zijn. Om die ouderen te vinden die hulp wensen en hen te helpen de juiste hulp te vinden zijn wij met een aantal vrijwilligers onder onze leden het project 'Krachtenbundeling' begonnen. Deze vrijwilligers zijn enthousiast over de aanpak en zouden u daar graag over vertellen. Velen van u hebben wekelijks contact met leden uit uw club en merken direct als clubleden vaak afwezig zijn of afhaken. Dat kan vanwege allerlei redenen waaronder belemmeringen die dat clublid niet zelf kan oplossen. Ook hoort u van uw clubleden niet zelden dat kennissen of buurtgenoten met problemen kampen. Een aantal van u komt ook regelmatig aan en achter de deur van ouderen. Bij die contacten of bezoeken komt vaak veel meer naar voren dan alleen het aanvankelijk doel van uw komst. Als op zo'n moment een vraag ter sprake komt of blijkt dat er dan iets schort, dan bent u het die met het aandachtig aanhoren van het probleem steun geeft. Daarvoor willen wij u bedanken, bedanken voor uw inzet, deze inzet komt het welzijn van ouderen ten goede. Aandachtig aanhoren geeft zeker steun, maar er zou meer kunnen. Het waarom en hoe willen we graag met u bespreken in een bijeenkomst: In zalencentrum Prinsenhof, 14 november 2017, 16:00 – 18:00 uur. Wij rekenen op uw komst om bij een hapje en een drankje met ons van gedachte te wisselen over het vrijwilligerswerk van u en over de mogelijkheden die u met het nieuwe project 'Krachtenbundeling' binnen onze vereniging kan inzetten. Samen maken we de toekomst van ouderen, samen werken we aan het welzijn van ouderen. Projectgroep Krachtenbundeling van de Seniorenraad Best, Annelies Berende, Cor van den Bosch, Nico Droog, Henk Kuiken, Frank Montulet en Angela Schoonen.

AGENDA november 2017

12 nov.: The Lion King

Reizen en excursies

Dagtochten

Musical "The Lion King" zondag 12 November (€ 115,=)



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

Ouderenadviseurs KBO Best

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

Clubcoördinator KBO

Hetty de Bok: hetty@home.nl

Clientondersteuning WMO

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. Kleijne, De Schakel 1, Best. Telefoon 464999

Dhr. Dr. Van Laere, Barrierweg 16, Liempde Telefoon 0411- 631534

Bereikbaar op werkdagen van 9.00 tot 12.00 uur.

Mevr. Dr. Elings, Berkt 18, Oerle Telefoon 040-2301452 Bereikbaar op
werkdagen van 19.00 tot 20.00 uur.

Website www.kbobest.nl

Henk van den Heuvel 06-42991953
Tom Herps 06-53722524

Colofon Redactie Nieuwsbrief

Anke Lips 373343
Jan van de Kerkhof 871183
Piet Peeters 373350
Katrijn van der Weijden 373048

Eindredactie

Willem van Beerendonk
Layout – druk Drukkerij Best

Kopij voor de volgende nieuwsbrief vóór dinsdag 24 oktober digitaal
aanleveren bij redactiekbobest@gmail.com Het volgende Ons magazine
met Nieuwsbrief komt uit op 8 november a.s. Mocht u geen Nieuwsbrief
en/of Ons magazine hebben ontvangen, kunt u bellen naar Jo Lips
373343 of Bert van Hoof 390386.



Wond Expertise Centrum ofwel: WEC team

Dit is het team wat overstijgend werkt aan team Best. Dit team werkt door de regio en verleent zorg aan complexe wonden.

Wat is complex?

- Geen genezing binnen vier weken
- Afhankelijk van onderliggende ziektes
- Geen verbetering in genezingsproces

Wanneer en hoe kom ik dan in aanraking met dit team?

- Het reguliere team neemt contact op met het WEC.
- Cliënt die bekend is bij team Best krijgt een complexe wond, bv. na een operatie komt er een infectie in de wond.
- Cliënt die niet bekend is bij Zuidzorg, krijgt een complexe wond.
- Huisarts vraagt advies omtrent de wond

Stel je bent al in zorg bij team Best, maar krijgt een complexe wond, raak ik dan mijn vaste vertrouwde medewerkers kwijt? Nee dat is niet zo. Er is ook een mogelijkheid om de zorg te delen met team Best en het WEC. Bijvoorbeeld Meneer Janssen krijgt 4 x per dag hulp bij het prikken van de bloedsuiker en spuiten van insuline en heeft een complexe wond op zijn been. Dan kan het zo zijn dat het WEC-team 1 á 3 keer per week voor de wond komt en dat team Best de zorg blijft leveren omtrent het prikken en spuiten en de overige dagen wondzorg levert.

Het is een uitbreiding van de expertise van Zuidzorg en door de samenwerking zijn we in staat om de cliënten kwalitatieve en goede zorg te bieden in de thuissituatie.

Groetjes Meggie, Marloes & Rozanne.

Ergotherapie en Reumatoïde Artritis

Reumatoïde Artritis is een aandoening die gepaard gaat met chronische gewrichtsontstekingen. Een ontstoken gewricht wordt warm en gezwollen, gaat pijn doen en is minder goed te gebruiken. Ook kan de spierkracht afnemen en kan iemand zich moe en grieperig voelen. Als een gewricht lang ontstoken is kan het beschadigen. Er kunnen dan vergroeiingen en bewegingsbeperkingen ontstaan.

Het is van belang zo vroeg mogelijk de klachten te herkennen en overbelasting van de gewrichten tegen te gaan. Dit doet ergotherapie Best-Oirschot onder andere door het geven van onderstaande leefstijladviezen.

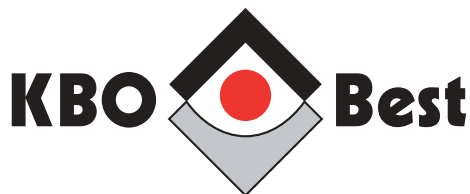
Leefstijladviezen

Een vervelend gevolg van reumatoïde artritis is dat men niet meer kan functioneren zoals men gewend was. Door een combinatie van pijn, vermoeidheid en stijfheid kan het evenwicht tussen wat een persoon wil doen of moet doen, en wat hij kan doen, verstoord raken. Met behulp van leefstijladviezen kan een patiënt proberen zijn leven zodanig in te richten dat er een balans ontstaat tussen de belasting en de belastbaarheid.

1. Het signaleren van pijn
Het is van belang om te weten waar de pijn vandaan komt.
2. Evenwicht tussen rust en activiteit
Rust is belangrijk voor het lichaam om zich na een activiteit te herstellen. Bewegen voorkomt het verstijven van een gewricht.
3. Het voorkomen van langdurige belasting
Het is beter om het werken in eenzelfde houding, gedurende een lange periode te vermijden.
4. Gewrichtsbescherming
Gewichtsbescherming heeft tot doel om beschadigingen aan gewrichten en spieren te voorkomen, dan wel te beperken.

Vragen of hulp nodig?

Voor een advies op maat kunt u contact opnemen met Ergotherapie Best-Oirschot via 06-13358448 of een kijkje nemen op onze website: www.ergobest.nl. Wij werken nauw samen met alle disciplines van ARCUS voor de beste oplossing.



www.kbobest.nl

KBO-BEST HEEFT U NU NODIG MISSCHIEN U STRAKS ONS?

KBO-Best telt ruim 1600 leden. Dat is niet zonder reden. Al bijna 60 jaar draagt de KBO ertoe bij dat senioren volwaardig kunnen meedoen en meetellen in onze Bestse samenleving.

Belangenbehartiging, zowel individueel als collectief, dragen daaraan bij maar zeker ook onze activiteiten gericht op bijvoorbeeld educatie, cultuur, bewegen en elkaar ontmoeten.

Als U achter deze doelstellingen staat en u bent 50 jaar of ouder, dan nodigen wij U graag uit om lid te worden van onze KBO. Ook al voelt U zich nu nog te jong om actief lid te worden, met uw lidmaatschap ondersteunt u ons financieel, waardoor wij onze doelstellingen kunnen blijven realiseren, zowel nu als in de toekomst. Misschien dat U op enig moment wel actief gebruik wilt maken van uw lidmaatschap. U bent altijd van harte welkom.

Het lidmaatschap bedraagt jaarlijks €20,- pp (m.i.v. 2018: €22,50) en biedt daarnaast vele andere voordelen. Teveel om hier op te noemen.

**Mocht uw interesse zijn gewekt neem dan vrijblijvend contact met ons op voor nadere inlichtingen en of aanmelding:
Bel 06-51360418 of mail secretariaatkbobest@gmail.com**

***KBO BEST:
AL BIJNA 60 JAAR EEN VERTROUWDE PARTNER
VAN SENIOREN IN BEST***