

Anny Verriet, Kerkdijk 40, 6577JL, Erlecom.

Telefoon: 06-57352622.

E-mail: kboooij70@gmail.com

IBAN Rabobank: NL51RABO0105191272

Volg ons ook op:  "KBO Ooij"

Belangen Organisatie



Maandfolder van juli en augustus 2024

van de Katholieke Belangen Organisatie voor senioren 50 + Ooij.

Zoals iedere maand, beginnen we weer met een paar **mooie weerspreuken**:

*In juli de morgen rood, 's avonds verkeert het weer in nood en:
geeft augustus zonneschijn, zeker krijgen we gouden wijn.*

En dit is dan weer de **laatste Maandfolder** vóór de zomervakantie. Het is natuurlijk ook weer een **dubbel nummer**. We hebben u veel te vertellen en gaan ook nog redelijk wat activiteiten organiseren.

Onze tweede middag met het thema "**we wisten niet wat oorlog was**" was wederom een groot succes. Iedereen was onder de indruk. In deze folder leest u er meer over.

Donderdag 20 juni hadden we een themamiddag met als onderwerp: "**gezond leven en gezond bewegen**". Ook hiervan leest u een verslag in de folder.

Omdat het etentje op tweede Paasdag zo'n groot succes was, hebben we **nóg zo'n etentje** geregeld bij de Thornsche Molen, en wel op **donderdag 25 juli**, midden in de vakantie. Wilt u hier gebruik van maken, vul dan het strookje in, waarmee u zich aan kunt melden. We hebben aan dit etentje wel iets toegevoegd. Het bedienend personeel doet zó goed zijn best voor ons, dat we hen eigenlijk graag een extraatje willen geven. Daarom zorgen wij voor een **fooiempot**; zorgt u er dan voor, dat u wat munten bij u heeft?

Verder hebben we in de zomervakantie **nóg een leuke activiteit**: namelijk. **de Dageis** op donderdag 15 augustus. U wordt voor deze dageis om 12.30 uur verwacht op het Reinier van Ooiplein.

Na de vakantie beginnen we met nog aardig wat activiteiten:

De eerste activiteit na de vakantie is **de picknick** bij Barton op 29 augustus. Weet u nog hoe gezellig die vorig jaar was? U kunt zich opgeven met de strook achterin de folder

En wat denkt u van **de Ziekenzondag** op 1 september?

En **de seniorenkermis** op vrijdag 6 september met de geweldige muziek van Theo van Blitz?

Op donderdag 19 september hebben we weer ons treffen bij **de Jeu de Boulesvereniging**. Vorig jaar was die helemaal verregend; dit jaar hopen we op beter weer.

En natuurlijk heeft **onze vaste reporter Teun** weer een mooie column geschreven.

De volgende uitgave van het blad ONS komt bij ons binnen op **woensdag 28 augustus**. Wilt u iets schrijven of hebt u iets te melden, mail het dan **vóór woensdag 21 augustus** naar Jan Janssen. Emailadres: jan1.nieuwhuis@planet.nl

Activiteiten voor juli en augustus

| 2024 | Juli, augustus en september | Activiteitenplan | KBO Ooij | Versie 21-06-2024 |
|--------------|-----------------------------|---------------------------------|-----------|-----------------------------|
| datum | dag | activiteit | aanvang | zaal |
| 27 juni | donderdag | fotopuzzeltocht | 12.30 uur | Sprongplein en Polderkamer. |
| 04 juli | donderdag | Fietsen | 10.00 uur | Sprongplein |
| 11 juli | donderdag | Ontspanningsbingo | 14.00 uur | Zaal Groenlanden |
| 25 juli | donderdag | Etentje bij de Thornsche Molen. | 16.00 uur | Thornsche Molen. |
| 01 augustus | donderdag | Fietsen | 10.00 uur | Sprongplein |
| 08 augustus | donderdag | Ontspanningsbingo | 14.00 uur | Zaal Groenlanden |
| 15 augustus | donderdag | Dagreis | 12.30 uur | Vertrek R. van Ooiplein. |
| 29 augustus | donderdag | Picknick | 11.30 uur | Ooijs Mooijs |
| 01 september | zondag | Ziekenzondag 2024 | 10.30 uur | Zaal Groenlanden-Erlecom. |
| 05 september | donderdag | Fietsen | 10.00 uur | Sprongplein |
| 06 september | vrijdag | Seniorenkermis | 14.00 uur | Zaal Ooij |
| 12 september | donderdag | Ontspanningsbingo | 14.00 uur | Zaal Groenlanden |
| 19 september | donderdag | Jeu de Boules | 14.00 uur | Jeu de Boulesbaan. |
| 26 september | donderdag | Themamiddag modehuis Vincken | 14.00 uur | Zaal Ooij |

Fietstocht Katwijk op 30 mei 2024

Het is wel eigenaardig dat naarmate de fietstocht nadert het weerbericht belangrijk wordt. Zo ook deze keer. Maar zie daar, we vertrokken om 10 uur bij de Sprong met 19 personen die er allemaal zeer gemotiveerd uitzagen. Hoorde enkele zelfs zeggen: “Arnold het is 10 uur hoor”! De fietstocht was gepland voor 6 juni, maar dat was gelijk met de Bingo in de Sprong, vandaar dat we in mei twee keer gefietst hebben. We zijn via de Thornsche Molen en Zyfflich, onder de snelweg door richting Kranenburg en over de Nimweger strasse gelijk rechtsaf richting Europa Radbahn tot centrum Groesbeek gereden. Daar rechtsaf de Houtlaan op, dan via de prachtige Mooksebaan die ons bracht naar de eerste rustplaats bij Herberg ‘t Zwaantje, waar het gebak en koffie iedereen goed smaakte.

Met frisse moed ging het daarna linksaf richting Mook. Dat is voor iedereen even prettig want je gaat een heel eind naar beneden op een niet al te steile helling.

In Mook is het voor onze Tomtom toch wel tijd voor een update. Vorig jaar was het al “*we moeten hier ergens linksaf*” maar dit jaar was het weer zo. Je snapt niet dat zo’n persoon nog voorop mag rijden !!



Maar met veel overleg en hulp van een fietser uit Mook toch aangekomen in Katwijk bij de Heilige Martinuskerk en de mooie



Mariagrot, waar we onze mee genomen boterhammen konden opeten. Voor de dames, maar ook voor enkele heren, was het fijn dat er iemand in de kerk aan het klussen was. Daar hadden ze namelijk een wc binnen. Sommige hadden nog even tijd voor een wandeling in het parkje met de mooie kurkboom of men stak een kaars op voor een geliefde.

Ondertussen was het weer omgeslagen naar lichte regen toen we Katwijk achter ons lieten. Maar gelukkig was het buitje van korte duur. We fietsten verder richting Heumensebaan waar we even stopten bij het Jachtslot Mookerheide om even bij te komen van de lange helling; op sommige stukken best pittig. Via Groesbeek de Europa Radbahn weer op richting Wyler. Al snel doemde op de Kerkdijk de Heilige Hubertuskerk weer op en dan weet je: we zijn bijna bij de Vink (voor de laatste keer onder deze naam). En na een paar consumpties en wat slap geouwehoer (wel heel gezellig) ging eenieder met een tevreden gevoel naar huis. We hadden er weer 48 kilometer op zitten. Wout

Themamiddag “gezond leven en gezond bewegen”

San (fysiotherapeut), Anneke (praktijkverpleegkundige) en Osama (Ouderenbeweegcoach) komen ons een en ander vertellen over de manier waarop wij onszelf het beste op de been kunnen houden.

Waarom zal ik bewegen? San legt het uit. Bewegen verbetert onder andere je conditie en je kracht. Je balans en coördinatie verbeteren, zodat je je veiliger gaat voelen. Het stimuleert je geheugenfuncties en het verbetert je spijsvertering en daardoor ook je stoelgang. Zorg altijd wel voor voldoende drinken.

Hoe vaak moet je minstens bewegen? Minimaal 2,5 uur per week: matig of intensief en 2 x per week spier- en botversterkende activiteiten. Voor ouderen zijn balansoefeningen heel belangrijk.

Hoe kun je bewegen?

- Nederland in beweging NPO 1 om 9.15 uur.
- Gym, onder begeleiding op dinsdagochtend in de Sprong .
- Beweegtuin op woensdagochtend.
- Fitness bij de fysio of op de sportschool.
- Buitenactiviteiten zoals wandelen of fietsen, alleen of met anderen.

Wat hebben we voor professionele hulp?

- De huisarts, de fysiotherapie, de ergotherapie en de diëtist.
- De wijkverpleging en de zorgtrajectbegeleiding.
- De gemeente: maatjes, mantelzorg, dagbesteding.

Bij de normale veroudering zien we veranderingen in de spieren, de botten, hart, longen, vochthuishouding en ons zenuwstelsel. Osama demonstreert nog **de smartmat**, die samen met de enkelband een heel goed beeld geeft in hoeverre jij een valrisico hebt.

Verschillende leden maken hier gebruik van. Voor wie interesse heeft: in september begint er een **valcursus**.

Al met al hebben we deze middag veel geleerd en gaan we tevreden huiswaarts. Anny

Documentaire “We wisten niet wat oorlog was“ wederom een succes.



Op zaterdag 15 juni werd de documentaire, het verhaal van Jos Bouten over de oorlogstijd in Ooij, voor de tweede keer gedraaid in de Sprong. Ook deze keer was de animo groot. Zo'n 70 personen waren aanwezig en ook nu was iedereen er stil van. Het maakte indruk hoe Jos het verhaal, zo vol emotie vertelde. De middag werd georganiseerd door de KBO Ooij, maar ook niet leden waren welkom. Natuurlijk hopen we dat zich hierdoor weer nieuwe leden aanmelden, dus mocht u nog geen lid zijn, maar zou u dit wel willen worden, neem dan contact op met Ans Koks Karperstraat 12 of Wim Janssen

Loeffenstraat 13, of telefonisch met Erna Driessen 0645683965. Alvast bedankt ! Erna

De Dagreis.



Op donderdag 15 augustus is het weer tijd voor de jaarlijkse dagreis. Deze keer voor het eerst met vertrek om **12.30 uur op het Reinier van Ooiplein** (en **NIET** om 08.30 uur zoals abusievelijk in de maandplanning van juni werd vermeld)

We hebben in de folder van mei al uitgebreid uitgelegd dat het te duur wordt om een hele dag op pad te gaan.

Vorig jaar kostte de reis al 65 euro en de prijzen zijn alleen maar gestegen. Wij willen de kosten voor een dagreis niet hoger laten zijn dan **55 euro** en voor dat bedrag hebben we nu deze prachtige reis georganiseerd naar **Paleis het Loo** in Apeldoorn.

Wij denken dat het weer een mooie en interessante dag zal worden. Gedurende de middag kunnen we binnen en buiten van veel moois genieten. Omstreeks 17.00 uur vertrekken we naar het restaurant waar we van een heerlijk driegangenu menu gaan genieten. Omstreeks 20.30 uur hopen we weer thuis te zijn. De bus staat om 12.15 uur klaar !

*Degenen die een **VIP pas** hebben van de **Vriendenloterij** of een **Museumjaarkaart** kunnen die kaart in de bus afgeven aan onze penningmeester Jan Kroes. Die kaart krijgt u tijdens de terugreis terug en Jan zorgt er dan voor dat **NA** de reis restitutie van het vrijgestelde bedrag plaats zal vinden.*

Aanmelding voor de DAGREIS.

Vertrek op donderdag 15 augustus 2024 om 12.30 uur op het Reinier van Ooiplein

Niet vergeten deze strook in te leveren

vóór zondag 14 juli 2024 bij Ko Tissen, Loeffenstraat 24



Aanmeldformulier voor de DAGREIS

Naam/namen:

Adres

Aantal personen: Telefoonnummer:

Dieetwensen:

Hieronder gaarne aankruisen wat van toepassing is:

Ik wil gebruik maken van mijn VIPpas van de vriendenloterij

Ik wil gebruik maken van mijn Museumjaarkaart

Het deelnamebedrag à 55 euro per persoon heb ik bijgevoegd.

OF:

Ik heb het bedrag gestort op IBAN Rabobank: NL51RABO 0105 191 272 van KBO Ooij o.v.v. DAGREIS, en heb de strook ook bij Kootje Tissen ingeleverd !

Televisie

Alleen als je bedenkt dat er dagelijks 9 van de 10 mensen min of meer TV kijken, dan komen we er niet onderuit om te stellen dat televisie een zeer belangrijk medium is voor de samenleving. Op de eerste plaats zijn er vooral uit het verleden een reeks van vragen. Denk maar even met mij mee, wanneer was er de eerste Tv-uitzending? Ook zeer belangrijk wanneer was de eerste voetbalwedstrijd op het kastje. Ook het eerste programma in kleur was een gebeurtenis van de eerste orde.

Verder denk ik bijvoorbeeld aan de eerste journaallezers. Van de meeste belevenissen van die tijd heb ik totaal geen weet. Daarom toch maar net een en ander opgezocht. Zo blijkt dat je zo'n



beetje rond 1951 voor 1.250 gulden zo'n Philips mini TV toestelletje kon kopen. De herinnering aan de eerste voetbalwedstrijd in oktober 1953 wordt denk ik een beetje problematisch.

Dan zijn er in de loop van een reeks van jaren natuurlijk een groot aantal programma's gepasseerd. Wil er graag wat opnoemen, die zeker tot de verbeelding spreken. Wat dacht je van vlegel Swiebertje, die altijd in de clinch lag met lulletje bromsnor, die een zeer hoge dunk van zichzelf had als veldwachter. Ook de

fabeltjeskrant waar 's avonds om 7 uur half Nederland groot en klein naar keek mag ik niet vergeten. In die tijd was er ook het eerste bloot op TV met Phil Bloom.

Herinner mij ook dat mijn vader zeker een half uur voor de uitzending van dagboek van een herdershond begon voor het kastje zat. Het was de legendarische serie met een glansrol voor de Belg Jo de Meiere als onhandige maar superaardige kapelaan Erik Odekerke. Zelf was ik in die tijd een enorme fan van Chriet Titulaer, die man kon met zijn innemend Limburgs accent schitterend vertellen over wetenschap en techniek.



Schiet ook nog wel eens spontaan in de lach als ik denk aan Koot en Bie en de mannen van Farce Majeur. Verder werd en wordt nog steeds heel veel TV aan sport besteed. Voorbeelden te over, met voetbal in de hoofdrol.

Ook het formule 1 gebeuren en urenlange uitzendingen van wielervedstrijden, met als toppers de klassiekers en de bergetappes in de Tour, golf, darten en nog veel meer. Oké mensen dit stukje is maar een superkleine afspiegeling van wat er in de grote TV wereld, inclusief schandalen allemaal gebeurt. Tot slot nog een leuke anekdote. Het was in de beginjaren van voetbal op de TV dat we met een man of 10 bij mijn oom Piet die een van de eerste TV van Groesbeek had zaten te kijken.

Op een gegeven moment zei oom Piet "Wat liggen die lui daar toch te vallen." Hij had echt niet in de peiling dat zo'n valpartij 3 keer herhaald werd. Teun

Gezellig uit eten met de KBO voor de thuisblijvers op 25 juli.

Het is weer tijd om iets leuks te doen. We gaan gezellig uit eten bij de **Thornsche Molen**. Een driegangen keuzemenu voor 25 euro. Meld u snel aan want we kunnen maar met 60 personen aan tafel.

En: Vol is Vol.

Aanmeldingen ná nummer 60 komen op de reservelijst.

Aanmeldstrook “Gezellig Uit Eten met de KBO”

op donderdag 25 juli 2024 van 16.00 tot 18.30 uur bij de Thornsche Molen.



(Denkt u ook nog aan het bedienend personeel ?)

Niet vergeten deze strook in te leveren vóór zondag 7 juli 2024

bij Kootje Tissen, Loeffenstraat 24.



:

Aanmeldstrook Gezellig Uit Eten met de KBO op 25 juli 2024 bij de Thornsche Molen

Naam

Adres:.....telefoonnummer:.....

Aantal personen

Hieronder aankruisen wat van toepassing is.

Nee: ik heb zelf geen vervoer. Ik wil graag opgehaald worden. Bel mij voor een afspraak!

OF:

Ja: ik heb zelf vervoer

Bij dieetwens duidelijk aangeven voor wie het van toepassing is- en welke wens.

Naam:

Suikervrij of andere wens (en).....

Het deelnamebedrag à € 25 euro per persoon gaarne bijvoegen

OF:

Ik heb betaald op IBAN Rabobank: NL 51 RABO 0105 191 272 van KBO Ooij, o.v.v. etentje en heb de aanmeldstrook ook bij Kootje Tissen ingeleverd.

KBO Ooij deelnemer Rabo ClubSupport 2024

Rabobank Rijk van Nijmegen over Rabo ClubSupport

Clubs, stichtingen en verenigingen zijn een onmisbaar onderdeel van Nederland. Zij verbinden de samenleving. Zorgen voor sociale netwerken. Benutten talenten. Van jong en van oud. Zij maken buurten, dorpen en steden sterker. En zo ons hele land.



Als coöperatieve bank investeren we daarom elk jaar een deel van onze winst in clubs en verenigingen. Met Rabo ClubSupport. En het mooie is, onze leden hebben er invloed op. Verenigingen en stichtingen kiezen een mooi doel, en voeren hier campagne voor om veel stemmen te winnen. En dat is belangrijk, want elke stem is geld waard. Als lid van de Rabobank beslis jij mee welke clubs we dat steuntje in de rug geven.

Het KBO doel voor 2024: KBO Ooij komt op voor de belangen van de ouderen in Ooij. Wij maken ons sterk voor een samenleving waarin senioren volwaardig kunnen meedoen en mensen omzien naar elkaar. Dit jaar vragen wij uw speciale steun voor het organiseren van diverse activiteiten, zoals museum- en theaterbezoek, biljarten, handwerken, internetten, wandel- en fietstochten, cursussen, quizen, fotopuzzeltocht, bloemschikken, themamiddagen, voorlichting en andere kleinschalige bezigheden voor onze leden. Roep ook familie en bekenden, die lid zijn van de Rabobank, op om een stem uit te brengen op KBO Ooij.

Stemt u in september 2024 ook op KBO Ooij ? Alvast heel hartelijk dank !

Seniorencinema



Boléro– Dinsdag 9 juli om 14:45 uur. Drama

Parijs in de roaring twenties. We volgen Maurice Ravel, die op dat moment als de belangrijkste (nog levende) componist van het land wordt gezien. Hij werkt aan een compositie voor Ida Rubinstein, een extravagante Russische choreografe. Iets zinderends moet het worden, erotisch en gewaagd. Maar terwijl de stad bruist, blijft het bij Ravel stil. Hij verliest zich in zelfkritiek, en in herinneringen aan eerdere mislukkingen. Overal om zich heen hoort hij inspiratie, maar hij krijgt niets op papier. Hoe dichterbij de deadline nadert, hoe groter zijn writer's block wordt. Tot daar ineens een ritme is, en een opzweepende, sensuele melodie die de basis vormen voor wat zijn wereldberoemde meesterwerk is geworden: de Boléro.



The Movie Teller– Dinsdag 20 augustus om 14:45 uur. Drama

Zondag is de favoriete dag van María Margarita, dan gaat ze namelijk met haar ouders en broers naar de bioscoop. Wanneer haar familie na een tegenslag geen geld meer heeft voor het wekelijkse uitje, blijkt María een bijzonder talent te hebben; ze kan films tot in detail fantastisch navertellen. Haar gave neemt een steeds groter publiek mee naar de wondere wereld van film, maar ondertussen staat het Chileense mijnstadje waar María woont op het punt voor altijd te veranderen.

Puzzelpagina

| PHILIPINE 24.06 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------|--|---|----|--|---|--|---|---|---|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | ?? | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. | | 4 | | | 1 | | | | | | | | | | | | | | 1. In welke provincie ligt de plaats Horst |
| 2. | | 6 | | | 1 | | | | | | | | | | | | | | 2. deze bloem is een echte voorjaarsbloem |
| 3. | | 2 | | | | | 8 | 6 | 3 | | | | | | | | | | 3. Een ander woord voor een kadet bij de militairen |
| 4. | | 4 | 7 | | 5 | | 2 | 6 | | | | | | | | | | | 4. Aan welk orgaan zit de appendix vast |
| 5. | | 3 | | | | | 9 | 5 | | | | | | | | | | | 5. Hoe heet de regisseur van de film ET |
| 6. | | 9 | 5 | | 8 | | 4 | 7 | | | | | | | | | | | 6. Hoe noemt men een schatting van inkomsten en uitgaven |
| 7. | | 2 | | | 8 | | 6 | | | | | | | | | | | | 7. Hoe heet het ministaatje in de pyreneeën |
| 8. | | 3 | | | 2 | | 3 | 5 | | | | | | | | | | | 8. Welke sport beoefent Wennemars |
| 9. | | | 2 | | 4 | | 2 | | | | | | | | | | | | 9. Ander woord voor bladzijde |

Oplossing puzzel van juni: DDV VOETBAL

1. bloodymary; 2. andré; 3. brevier; 4. dover; 5. botoga;
6. nigeria; 7. brutus; 8. robben; 9. kaatsen; 10. kwallen.

AANMELDING voor de PICKNICK

Op donderdag 29 augustus 2024 om 11.30 tot 14.30 uur bij
Barton Arnts, Leuthsestraat 3, Wercheren.

Deze strook inleveren vóór zondag 14 juli 2024 bij Kootje Tissen, Loeffenstraat 24.

Het deelnamebedrag à € 5 euro per persoon gaarne bijvoegen.



Aanmeldformulier voor de Picknickmiddag

Naam/namen:

Adres

Aantal personen: Telefoonnummer:

Dieetwensen:

Het deelnamebedrag à 5 euro per persoon gaarne bijvoegen.