



Nieuwsbrief april 2025

Hoop

Op de dag dat ik dit schrijf schijnt de zon volop en wordt het 19°C.
Heerlijk toch! Na de grijze, natte winter komt er hopelijk een mooie zomer.

Tijd dus om er op uit te gaan en leuke dingen te gaan ondernemen. Want binnen blijven zitten is saai en je wordt er stijf van!

Om te beginnen kun je komende woensdag naar onze Algemene Ledenvergadering komen.

Daarnaast zou je op maandag- of dinsdagmiddag kunnen gaan Jeu de Boulen. Bij de korfbalclub liggen onze banen waar je gezellig ballen kunt gooien. Liesbeth Lingers kan je daar alles over vertellen.

Iedere woensdagmorgen kun je mee gaan een stukje wandelen. In een rustig tempo gaan we maximaal 6 km in de mooie omgeving van Heeze wandelen. Op onze website staat steeds het vertrekpunt vermeld.

Ook zomaar een kopje koffie drinken in 't Perron kan gezellig zijn. Je komt er altijd wel iemand tegen voor een praatje.

Ik hoop op een mooie, warme zomer, jij ook?

Tot ziens

Co van Laarhoven, voorzitter

Van onze Programmacommissie

Op de eerste plaats een herinnering aan een aantal activiteiten die er staan aan te komen. Meer informatie vindt u in de vorige nieuwsbrief en op onze website. Het zijn op:

- 28, 29 of 30 maart, de Heezer Komodie,
- woensdag 2 apr van 11.00 - 12.30, de lezing van Leo van Deursen,
- zondag 6 apr om 13.30, de muzikale zondagmiddag,
- vrijdag 11 apr onze vrijwilligersmiddag,
- zaterdagavond 10 mei, de Internationale Taptoe te Lommel.

Woensdag 16 april, lezing Hans van Gorp met eventueel lunch Suiker, een wolf in schaapskleren

Onze voorouders leefden in goede gezondheid, met en van de natuur. Ze leefden van wild, vissen en schelpdieren waarin ruim eiwitten en vetten zitten. En van complexe koolhydraten (suiker) uit knolvormige planten en bessen.

Hoe anders is onze voeding nu. Meer dan 60 procent bestaat vooral uit snelle

suikers. Zij zijn de oorzaak van de vloedgolf aan overgewicht met als direct gevolg vele zogenaamde welvaartsziektes. Zoals hart- en vaatziekte, hypertensie, diabetes type 2, Alzheimer, gewrichtsklachten en meerdere vormen van kanker.



We sukkelen heel wat af in onze latere levensjaren en zijn door onze voeding en leefwijze daar voor een deel zelf debet aan. In de lezing zal uitgebreid hierop worden ingegaan met speciale aandacht voor koolhydraat beperking.

Het goede nieuws is dat vele welvaartsziektes omkeerbaar zijn maar velen van ons hebben veel last van allerlei kwalen en de daarbij behorende gezondheidsklachten.

Hans van Gorp was ruim 29 jaar werkzaam in het Annaziekenhuis te Geldrop als algemeen internist met speciale aandacht voor suikerziekte, maag-darm en leverziekten. Hierna werkte hij nog 15 jaar met heel veel plezier parttime, als internist-endoscopist in het Canisius Wilhelmina ziekenhuis te Nijmegen en in het St Jans Gasthuis te Weert.

Zijn lezing vindt plaats op **16 april om 11.00 uur in de zaal boven de Bibliotheek** in 't Perron. Er staat een pot voor € 2,- voor koffie of thee. Aansluitend is een lunch voor degenen die zich daar bij de inschrijving voor hebben opgegeven. Deze lunch is helemaal in de stijl van de voordracht van Hans en **kost € 12,50. De inschrijving is op 10 april** van 14 - 15 uur in 't Perron, het inschrijfformulier ligt tijdens de inschrijving klaar, of je kunt het downloaden van onze website.

Contactpersoon: Marij Ludding, tel. 06 1396 1619

Zondag 11 mei, Bevrijdende Verhalen Kloostervelden

Voor deze activiteit was de voorbereidingstijd te kort om een inschrijfronde te organiseren. Daarom hebben jullie op 12 maart jl. in een *Nieuwsflits* de informatie ontvangen over deze gebeurtenis. Tot 7 april is inschrijven nog mogelijk, indien nog plaatsen beschikbaar zijn. De informatie uit de nieuwsflits volgt hieronder nogmaals.

Echte verhalen uit de tijd van de Tweede Wereldoorlog. Bijzondere ervaringen van mensen die leefden/werkten op Providentia.

Na een succesvolle eerste uitvoering in 2024 komt een tweede editie van dit bijzondere evenement.

Op 11 mei a.s. herhalen ze op Kloostervelden de 'Dag van de Bevrijdende Verhalen'. Hiervoor dien je je op te geven, i.v.m. beperkt aantal plaatsen. Op deze dag worden tussen 10.00 en 17.00 uur, vijf groepen langs de verschillende verhalen op diverse locaties begeleid.

Aanmelden doe je door uiterlijk 7 april een e-mail te sturen naar bevrijdendeverhalen@gmail.com. Deelname kost €5,- per persoon. Vermeld je naam, het aantal personen en je voorkeur voor de ochtend of middag (max. 2 personen per e-mailadres, min. leeftijd 16 jaar).

Je ontvangt dan een bericht met verdere informatie, o.a. over de betaling en in welke groep je bent ingedeeld.

Interessant om te bezoeken is de website:

www.historiekloostervelden.nl

Contactpersoon: Cor Pernot, tel. 06 2087 1355

De Digitale Wegwijzer  **DIGITALE WEGWIJZER**
Heeze

Computercafé (achter in de Bieb)

De bijeenkomst voor het thema 'Digitale nalatenschap' van 27 februari is niet doorgegaan. Deze is verplaatst naar donderdag 24 april van 14.30 - 16.00 uur.

Digitale nalatenschap: voorkom gedoe, regel het op tijd!

Je staat er misschien niet zo bij stil dat je na je overlijden ook digitaal heel wat achterlaat. Toch is het belangrijk om die digitale nalatenschap goed te regelen. Daarmee voorkom je een hoop gedoe voor je nabestaanden.

Wat moet er bijvoorbeeld gebeuren met je digitale accounts? Hoe is het met de toegankelijkheid van je laptop, tablet en smartphone? Wat kun je regelen met grote techbedrijven als Apple, Microsoft en Google? En wat doe je als nabestaande met iemands Facebookprofiel of Instagramaccount?

Wil je meer weten over digitale nalatenschap? Kom dan naar deze presentatie en ontdek waar je zoal aan moet denken. Je krijgt volop tips en adviezen, en er is gelegenheid om vragen te stellen. De toegang is voor iedereen (ook niet-leden) gratis.

Voor uw vragen over je digitale hulpmiddelen zijn wij er elke dondermiddag in de oneven weken van 14.30 uur tot 16.30 uur. Het Computercafé gaat door tot 22 mei. Na het zomerreces starten we weer op donderdagmiddag 25 september.

Mededelingen

Dagreis naar Delft op woensdag 16 juli

De dagreis gaat dit jaar naar het prachtige Delft, een stad vol historie. We zouden deze hele nieuwsbrief kunnen vullen met historische verhalen van Delft, maar dat gaat natuurlijk te ver. Wil je al een beetje lezen over deze stad? Kijk dan eens op:



https://nl.wikipedia.org/wiki/Geschiedenis_van_Delft en laat je verrassen door de mooie verhalen.

We gaan hier naartoe per luxe touringcar.

Op het programma staan:

- Ontvangst met koffie/thee en gebak bij Royal Delft (de Porseleyne Fles)
- Bezoek aan Delfts Blauw museum
- Koffietafel lunch in centrum Delft
- Vaartocht door Delft
- Na rondvaart even vrij voor een bezoekje aan Delft
- Ter afsluiting een 3-gangendiner

Deze reis kost € 105,- maar we kunnen deze aanbieden voor €85,-. Verdere details volgen in de volgende nieuwsbrief.

De inschrijving is op donderdag 15 mei in 't Perron van 14.00 - 15.00 uur. De inschrijfformulieren liggen tijdens de inschrijving in 't Perron klaar, of je kunt ze downloaden van de website.

Contactpersoon: Co van Laarhoven, tel. 06 5733 3423

Geheugenhuis op woensdag 2 april

Op 2 april is oud huisarts Hans van Gestel onze inleider in het Geheugenhuis. Het thema is: *Wat kan de huisarts betekenen in de laatste fase van ons leven?* Aan de orde komt: voltooid leven, terminale zorg, palliatieve sedatie, euthanasie, belemmeringen bij wilsonbekwaamheid en het opstellen van een wilsverklaring.



De bijeenkomst wordt gehouden op woensdag 2 april, locatie 't Perron, zaal boven de bibliotheek. Aanvang 14.00 uur. Onze gastvrouwen heten u graag welkom met koffie en thee.

Contactpersoon Lies van Bree, tel. 040 226 1536

Een kast vol verhalen

Over het bijzondere oorlogsverleden van Heeze

Beleef in aansluiting op de Nationale Herdenking op 4 mei een avond vol aangrijpende oorlogsverhalen uit Heeze. Geniet van een uur theater, muziek, beeldmateriaal en live storytelling over de jaren 40-45.



Waarom je dit niet mag missen:

- Unieke verhalen: Je hoort hoe verrassende verhalen over ons kleine boerendorp van toen een beeld geven van 'grootse daden'.
- Indrukwekkende voorstelling: Acteurs, muzikanten en vertellers geven een beeld van angst, moed en samenhang onder de inwoners van Heeze.
- Menselijke warmte: Naast de zware realiteit van toen beleef je ook humor, menselijke warmte en de kracht van hoop.
- Lokaal talent: Alle medewerkers van de avond komen uit onze eigen gemeente of hebben er hun wortels en dat onder professionele regie van Maarten van der Velden wat deze voorstelling extra bijzonder maakt.

De drukker van onze nieuwsbrief:

De Boelakkers is een (werk)voorziening van Kempenhaeghe, gehuisvest op industrieterrein De Poortmannen in Heeze. De Boelakkers is toegankelijk voor mensen met een specifieke begeleidingsvraag. Het werk en de werkplek kunnen worden aangepast zodat de handicap zo min mogelijk een beperking vormt. Naast de interne dienstverlening aan Kempenhaeghe verricht De Boelakkers ook printwerk voor externe opdrachtgevers. Zo verzorgen zij printwerk voor diverse parochies, sportverenigingen, ouder-verenigingen enz. Voor informatie kunt u contact opnemen of mailen. **tel. 040 227 9748 of e-mail: repro@kempenhaeghe.nl**



Praktische Informatie:

- Datum: 4 mei 2025.
- Locatie: De grote zaal in 't Perron, Heeze.
- Ontvangst: 20.30 uur met koffie en cake, aangeboden door de Gemeente Heeze-Leende.
- Aanvang: 21.00 uur.
- Entreprijs: € 2,- per persoon. **Je kunt alleen inschrijven via de website van Bibliotheek Dommeldal** (<https://dommeldal.op-shop.nl/>).

Reserveer Nu!

Mis deze unieke kans niet om de verhalen van Heeze te ontdekken en te ervaren hoe gewone mensen 'bijzondere gebeurtenissen' meemaakten. We kijken er naar uit je te verwelkomen!

Namens Vrienden van de Bieb Heeze-Leende en Oranjecomité Heeze i.s.m. bibliotheek Dommeldal.

Boekpresentatie donderdag 17 april 2025

De titel van het boek is: *'De vergeten gezichten van Brabant, tussen oorlog en vrede'*.

Ben Damen uit Meijl (30) schreef dit boek nadat hij meer dan honderd mensen uit Brabant heeft geïnterviewd. In één boek staan nu de verhalen over onze dappere Heezenaren Antoon van Lierop / Verberne / burgemeester Serraris / de 4 gebroeders de Koning / Henk van Rossum.....

De boekpresentatie is op **donderdag 17 april 2025** in 't Perron, aanvang 18.30 uur. De toegang is gratis. Burgemeester Teun Heldens zal rond 19.00 uur een toespraak houden.

Reserveren via de website van de bibliotheek Dommeldal (<https://dommeldal.op-shop.nl/>). Reserveren aan de bar in 't Perron kan ook. Als dat allemaal niet lukt neem dan contact op met Bibliotheek Heeze: 040 286 2805

Na afloop is er gelegenheid om een boek aan te schaffen en te laten signeren.

Gratis kopje koffie / thee wordt je aangeboden door de Bibliotheek i.s.m. Vrienden van de Bieb.

Terugblik

Inleiding ASML door Han van den Broek

Zo'n 60 mensen waren op 20 februari naar de zaal boven de bibliotheek gekomen om de inleiding te beluisteren die Han van den Broek gaf over ASML, het bedrijf waar hij 27 jaar heeft gewerkt.

Het kostte Han weinig moeite om de zaal te boeien met zijn beelden en verhaal. Hij kon de zeer ingewikkelde materie van de chips relatief eenvoudig uitleggen waardoor iedereen een beeld kreeg van waar het om gaat als je het over chips hebt. In feite zijn het allemaal weerstandjes, condensatoren en transistors. Door de techniek van lithografie te gebruiken kunnen deze componenten zo klein gemaakt worden dat er miljarden op een oppervlakte passen van enkele vierkante millimeters.

Han voerde ons langs de geschiedenis van de ont-

Berichten van onze ledenadministratie

Onze nieuwe leden:

Mevr. A.M.D. Schepens

Dhr. A.H. Evers

Mevr. M. Evers-Smink

Wij heten onze nieuwe leden welkom en hopen dat zij zich snel thuis zullen voelen bij onze vereniging.

Onze overleden leden:

Dhr. M.L.P. Niessen

88 jaar

Mevr. M. van Gelder-Johansson

82 jaar

Mevr. E. Pieters-Westerhof

86 jaar

Dhr. H.J.P. van Eert

89 jaar

Mevr. C.E. Vermeer- de Jong

98 jaar

Mevr. M.J. Fischer-Salters

102 jaar

Wij wensen de familie veel sterkte toe bij het verwerken van dit verlies.

Help onze ledenadministratie up-to-date te houden. Stuur wijzigingen of aanvullingen naar: ledenadministratie@kbo-heelze.nl of bel: Marie-José van de Kerkhof, tel 06 2526 8272



wikkeling van de machines die ASML maakt. Van de eerste met een kwiklamp en later met diep ultraviolet (DUV) lasers tot aan de huidige extreme ultraviolet (EUV) machines.

Ook liet Han zien waar ASML productieactiviteiten heeft in de wereld, dat zijn vooral Azië, de Verenigde Staten van Amerika en Duitsland. Hij gaf een goed beeld van de complexe internationale verwevenheid van ASML. De huidige ontwikkelingen op geopolitiek gebied geven reden tot bezorgdheid.

Bezoek ASML op 24 februari

Het bezoek begon met een hartelijke ontvangst met koffie / thee met wat lekkers. Daarna kregen we in een collegezaal uitleg over de ontwikkelingen bij ASML. Een zeer boeiende presentatie werd gegeven door twee medewerkers van ASML. We hadden al een goed beeld gekregen van ASML door de inleiding die Han van den Broek had gegeven op de donderdag voorafgaand aan de excursie.

Overzicht van de vaste activiteiten

De vaste activiteiten worden meestal gehouden in onze lokalen 1.05 en 1.06 in dorps huis 't Perron en op een aantal andere locaties zoals hieronder in de tabel staat vermeld. Raadpleeg de *Nieuwsbrief* of de agenda op onze website voor activiteiten die niet elke week worden gehouden.

Wekelijkse activiteiten			
<i>dag</i>	<i>activiteit</i>	<i>locatie</i>	<i>tijd</i>
maandag	cursus biljarten jeu de boules	1.05 en 1.06 Grand Café korfbalveld	zie nieuwsbrief / website 13.00 - 18.00 13.30 - 16.00
dinsdag	jeu de boules kaarten	korfbalveld 1.06	13.30 - 16.00 13.30 - 17.00
woensdag	biljarten wandelen huiskamer	Grand Café Vertrek: zie de agenda op website Strabrecht 14	13.00 - 18.00 10.00 - 11.30 14.00 - 16.00
donderdag	cursus koersbal bridgen zeemanskoor huiskamer	1.05 1.05 en 1.06 1.03 1.05 en 1.06 Pompenmaker 6	zie nieuwsbrief / website 13.30 - 16.45 13.30 - 16.45 19.30 - 21.00 14.00 - 16.00
vrijdag	muzieklezing leeskring 1 leeskring 2 leeskring 3	1.06 1.05 1.05 1.05	14 - 16 uur 14.30 uur 14.30 uur 14.30 uur
Maandelijks activiteiten			
3 ^{de} dinsdag	studiekring	1.05	14.30 - 16.30
1 ^{ste} woensdag	kienen	1.06	14.00
2 ^{de} woensdag	fotowerkgroep	1.06	9.30 - 12.00
2 ^{de} en 4 ^{de} woensdag	fietsen	vertrek bij 't Perron	13.00 - 17.00

Voor de actuele datums en plaatsen van onze activiteiten zie onze website:

<https://www.seniorenkboheeze.nl/agenda/>

<https://www.seniorenkboheeze.nl/vaste-activiteiten/>



Het was een zeer indrukwekkende ervaring. Afmetingen die zo klein zijn dat je gewoon geen idee hebt wat het is. Stel je voor, een menselijke haar is 80 tot 100 duizend keer zo dik als 1 nanometer! En bij ASML werken ze met een precisie van nanometers! Dan is het duidelijk dat die knappe koppen bij ASML in de loop van de jaren een ongelofelijke prestatie hebben geleverd.

In het 'experience centre' konden we de ontwikkeling van de machines bekijken en ook naar het inwendige van de belangrijke onderdelen ervan. Hier is ook de foto genomen die hierboven staat. In de fabriek zelf mochten we uiteraard niet komen. Dat onderzoek- en montagewerk vindt plaats in zeer stofarme ruimten, daar zouden wij een ravage aanrichten als we daar door heen zouden lopen.

Het was een leerzame middag, die door de enthousiaste vragen toch wat langer duurde dan de tijd die er aanvankelijk voor was uitgetrokken.

Lezing dominee Mirjam van Nie Over keuze en dwang

Op woensdag 12 maart hebben we weer een bijeenkomst gehad met onze dominee (dat mogen we inmiddels wel zeggen). Wat was het weer een inspirerend samenzijn.

Goed voorbereid werden we geïnformeerd over wat het wil zeggen: keuze en dwang.



We kregen na de pauze een blad met daarop cirkels om hierop aan te geven waar onze contacten met de wereld buiten voor ons belangrijk waren en wat onder dwang met ons gebeurde.

Aansluitend waren we het erover eens dat het ons zeker een goed inzicht gaf. Een wél bestede middag!

Onze volgende nieuwsbrief, van mei 2025, verschijnt omstreeks 22 april 2025

postadres: Schoolstraat 48
5591 HM Heeze ('t Perron)
telefoon: 06 83 05 10 92

e-mail:
website:
IBAN:

info@kbo-heeze.nl
seniorenkboheeze.nl
NL07 RABO 0120 3979 78
t.n.v. KBO Afdeling Heeze

drukwerk: Kempenhaeghe
Repro Boelackers
telefoon: 040 227 97 48
e-mail: repro@kempenhaeghe.nl