



## INFO 2020-12

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

Voorzitter	Secretaris	Penningmeester	Activiteiten	Ledenadministratie	Bestuurslid
Dhr.J.Piefer Muzenlaan 72 6411 AE Heerlen 0654343943	Dhr.Ch.v.d.Steen Br.Aloysiusstr.54 6411 KM Heerlen 045-5410063	Dhr.F.Askamp Hamerstraat21 6411CS Heerlen 0651919963	Mw.T. Gehlen Br.Aloysiusstr.62 6411 KM Heerlen 045-5422946	Dhr.L.Rothuizen Douve Weienstr.38 6417 GK Heerlen 0651518689	Mw.A.Schijns v.Weerd.Poelm.str.177 6417 EM Heerlen 0644338668

Ouderenadviseur (OA) Dhr. M.G.M.Legius 045-5417940 [mgm.legius@hetnet.nl](mailto:mgm.legius@hetnet.nl)

Ouderenadviseur (OA) Mw.J. van Trigt 045-5318290 [jamvantrigt@hotmail.com](mailto:jamvantrigt@hotmail.com)

Banknummer NLO-2RABO0149392532-

### Corona maatregelen

U zult het waarschijnlijk al gemerkt hebben, maar door de maatregelen om de Corona pandemie te stoppen waren ook wij genoodzaakt al onze activiteiten te annuleren tot medio december. Ook de Kerstviering zal dit jaar niet door gaan. In het voorjaar willen wij, als de omstandigheden het toelaten het Diner en Concert organiseren. Kijkt u op onze Website of Facebook pagina voor de laatste ontwikkelingen.

### Lezing 20-01-2021 (onder voorbehoud)

Deze lezing gaat over vitaliteit en fitheid.

Een veel gestelde vraag is: Wat kan ik doen om langer te leven met maximale kwaliteit van leven. Dit kan door b.v. veel water te drinken, zorgen voor een goede nachtrust en veel beweging.

In deze lezing krijgt u nog meer bruikbare tips. Dit is een interessante lezing met veel informatie om vitaal en fit te blijven

Deze lezing wordt gegeven in de Luciushof Putgraaf te Heerlen aanvang 14.00 uur.

Raadpleeg onze Website of Facebook pagina voor actuele informatie over deze activiteit.

## *Kerstmis 2020*

*Wij als bestuur willen onze leden, ondanks alle perikelen die deze tijd met zich meebrengt toch fijne Feestdagen en een goede jaarwisseling wensen maar bovenal "Blijf gezond"*



## Attentie

Sinds drie maanden ontvangen KBO leden bij hun 75, 80, 85, 90, 95 verjaardag een attentie van de KBO.

Dit doen wij om in deze bijzondere tijden toch enige aandacht aan onze leden te schenken.

Op de foto Dhr. Claessen



## Technische hulp bij mobiele telefoon, computer, tv en internet

Mijn naam is Ivo Heutz en ik ben 22 jaar. Op dit moment werk ik in Heerlen bij de Mediamarkt achter de Smartbar, hier repareer en installeer ik telefoons, laptops en computers. Ook heb ik verstand van internet en tv. Ik vind dit erg leuk om te doen en daarom bied ik bij deze mijn hulp aan. Tegen een kleine vergoeding help ik jullie graag met jullie problemen. Ik ben bereikbaar op onderstaande e-mail en telefoonnummer.

[Ivo-heutz@outlook.com](mailto:Ivo-heutz@outlook.com)

0612616663

## De winst van het ouder worden

Het beeld dat de meeste ouderen zorgbehoevend, kwetsbaar en eenzaam zijn moet nodig worden bijgesteld, zo blijkt uit het zingevingonderzoek van KBO-PCOB, waaraan 1.550 senioren meededen. Bijna alle senioren wonen nog gewoon zelfstandig thuis, koken hun eigen maaltje, rijden in hun eigen auto, passen op de kleinkinderen en doen (vrijwilligers)werk. De senior van nu is niet de senior van 50 jaar geleden. Ze voelen zich wijzer, rijker, milder, relaxter, zekerder, meer zichzelf en vooral intens dankbaar over wat het leven hun gebracht heeft.

Tijd om achter de geraniums te zitten lijkt er nauwelijks te zijn. Acht op de tien senioren zijn buitenshuis actief. Zo doen ruim zes op de tien senioren vrijwilligerswerk. Het meest binnen de seniorenvereniging, gevolg door de kerk, een buurtvereniging, een sportclub en in de politiek.

De helft van de vrijwilligers werkt ergens anders, zoals in de zorg voor anderen, in een theater, museum, inloophuis, gemeente, cliëntenraad, buurthuis en bibliotheek, of ze geven taallessen aan buitenlanders.

## Moties van AOW aangenomen

De tweede kamer heeft in meerderheid drie moties aangenomen op onderwerpen waar KBO-PCOB op heeft aangedrongen.

De AOW blijft gekoppeld aan het minimumloon

Voor het AOW-gat van Surinaamse Nederlanders wordt gezocht naar een oplossing

De onderbenutting van de AIO-regeling wordt aangepakt



**Tapasbar Pinchos**

Pancratiusplein 2  
6411 JZ Heerlen  
Tapasbarpinchos.nl T+31458515959  
E info@tapasbarpinchos.nl

Reserveren kan alleen telefonisch



**GRANDTURQUOISE**

Van Harte welkom bij Restaurant Grand Turquoise

U kunt hier terecht voor een diner (diverse menu's), buffet, drankje, verjaardagfeest of bedrijfsuitje. Wij zijn geopend van dinsdag t/m zondag vanaf 17.00 uur. Overleg voor andere tijden is ook mogelijk.

Voor meer informatie:  
mail naar info@grandturquoise.nl  
Of bel 045-5285040 of 0651853004

Restaurant Grand Turquoise  
Wilhelminaplein 7  
6411 KV Heerlen

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



**Post Uitvaartzorg**  
persoonlijk en stijlvol

Afscheid in huiselijke sfeer

Afscheidskamer:  
Kruisstraat 16, Heerlen  
**045 - 542 99 88**  
[www.postuitvaartzorg.nl](http://www.postuitvaartzorg.nl)  
[info@postuitvaartzorg.nl](mailto:info@postuitvaartzorg.nl)

Kleis Adema, Uw uitvaartregisseur

**TOP COPY**

KOPIËREN • DRUKKEN  
PRINTEN • AFWERKEN

- PANCRATIUSSTRAAT 39
- 6411 KC HEERLEN
- T. 045 - 571 88 11
- E. info@topcopy.nl
- I. www.topcopy.nl

**INDRUK**  
PRINTSTUDIO

**MICHEL PIEFER**  
IK BEN DRUKKER

OUDE VEEMARKTSTRAAT 2  
6411 JW HEERLEN  
045 571 15 00  
[WWW.PRINTSTUDIOINDRUK.NL](http://WWW.PRINTSTUDIOINDRUK.NL)  
[INFO@PRINTSTUDIOINDRUK.NL](mailto:INFO@PRINTSTUDIOINDRUK.NL)



**Tapperijtje**  
Heerlen  
anno 1977

*Smaakt als muziek in de oren.*