

*** AGENDA**

iedere woensdag		Koffie-/inloopochtend	09.30-11.30 uur
iedere donderdag		Computer-/internetcafé	13.30-15.30 uur
vrijdag	27 oktober	Lezing: "Testamenten en Erfenissen"	10.00-12.00 uur
vrijdag	27 oktober	Dansavond	19.30-22.30 uur
dinsdag	31 oktober	Bingo	13.30-16.30 uur
donderdag	23 november	Hoffmans modeshow	13.30-16.00 uur
vrijdag	24 november	Dansavond	19.30-22.30 uur
dinsdag	28 november	Bingo	13.30-16.30 uur
maandag	20 november	Uiterste inleverdatum kopij Nieuwsbrief december	

Bezorging ONS en NIEUWBRIEF 2023: 28 november - 19 december



Rabo ClubSupport

Goed voor jouw club & geweldig voor de buurt

Op woensdag 18 oktober bracht mvr. Maryam Daria namens de RABO ClubSupport-actie een bezoekje aan de Zilverberk om de cheques van de actie te overhandigen. Seniorenvereniging KBO Prinsenbeek kreeg een cheque overhandigd van € 959 en Stichting De Zilverberk kreeg een bedrag van € 1179. Wij zijn er heel erg blij mee en gaan hier weer veel nodige, nuttige en leuke dingen mee doen.

**Rabobank heel hartelijk bedankt,
maar zeker ook dank aan alle mensen die op ons gestemd hebben.**

PROJECT JONG-OUDE

-ontmoeting met MDT Cultuur&Kunst met leerlingen CURIO BREDA

Op uitnodiging van Curio Breda zijn eind september een aantal van onze deelnemers aan het Project Jong-Oud het gesprek aangegaan met leerlingen van Curio.

Iedere deelnemer/verteller ging in gesprek met 2 of 3 of 4 studenten. Het gespreksonderwerp was: "Als je dat van tevoren geweten had? Wat dan?"

De vertellers waren zeer tevreden over de gesprekken met de studenten en dat was wederzijds.

In de komende tijd maken de studenten een samenvatting van hun gesprek met de verteller in verhaalvorm. Hierbij worden ze begeleid door een schrijver en andere ondersteuners. Het verhaal zal worden aangevuld met foto's en dergelijke.

Bij de presentatie van de eindresultaten worden alle vertellers uitgenodigd. Wanneer dat is vernemen we binnenkort.

In ieder geval hebben we van de organisatie een zeer positief bericht ontvangen. De studenten hebben de gesprekken als heel positief ervaren en er veel van geleerd!

Mooi om te vernemen.

ENERGIEBIJDRAGE = ENERGIETOESLAG -----heeft u er ook recht op?

De energiebijdrage is een geldbedrag om huishoudens te helpen met het betalen van hun energie.

- Energiebijdrage van € 500 al ontvangen?

Dan hoeft u niets te doen. Uiterlijk 1 december 2023 krijgt u het bedrag van € 800 nabetaald. U krijgt de energiebijdrage automatisch gestort op uw bankrekening.

- Energiebijdrage van € 500 aangevraagd maar nog geen bericht gekregen?

U hoeft niets te doen. Als u recht heeft op de energiebijdrage ontvangt u € 1300.

- Energiebijdrage nog niet aangevraagd?

U kunt tot en met 31 december 2023 de energiebijdrage aanvragen.

Huishoudens met een laag inkomen (tot 130% van de geldende bijstandsnorm of tot 130% van de AOW-norm) kunnen eenmalig € 1300 energiebijdrage vragen.

U heeft recht op deze energietoeslag als u in een zelfstandige woonruimte woont in Breda, zelf de energienota moet betalen en een laag inkomen heeft.

Voor een alleenstaande oudere mag het netto-inkomen (zonder vakantiegeld) niet hoger zijn dan € 1793 per maand, voor gehuwde/samenwonende ouderen is dit bedrag € 2443.

Het vermogen wordt niet meegerekend.

Aanvragen van de energietoeslag kan tot en met 31 december 2023 via de website van de Gemeente Breda.

Een papieren aanvraagformulier kunt u opvragen bij de gemeente op tel. 14 076.

Onze belastinginvullers willen u graag helpen bij het invullen van het aanvraagformulier. Wilt u hiervan gebruik maken dan kunt u contact opnemen met mvr. Elly van Vliet, tel. 076-5440140 of dhr. Wim Batist, tel. 06-22261315.

Voor het aanvragen en invullen heeft u nodig:

-Bewijs van uw maandelijks te betalen energielasten. Op dit bewijs moet het adres staan en de naam van de persoon die de energierekening moet betalen.

-Laatste bankafschrift met zichtbaar rekeningnummer en naam. Op deze bankrekening zal, als u er recht op heeft, de energietoeslag gestort worden.

-Kopieën van alle inkomsten van u en uw eventuele partner van de afgelopen 3 maanden.

Deze stukken moeten worden meegestuurd met aanvraag.

INSCHRIJFFORMULIER ----- ADVENTSVIERINGEN 2023

U kunt vanaf **13 november tot en met 30 november** toegangsbewijzen à € 8,00 p.p. kopen aan de bar in de Zilverberk. Levert u dan ook meteen het ingevulde formulier in.

Voorletters en achternaam:

Voorletters en achternaam:

Adres:

Telefoonnummer:

E-mailadres:

O woensdag 13 december* * aankruisen welke dag u wilt komen

O donderdag 14 december*





Adventsviering 2023 in de Zilverberk

woensdag 13 december
donderdag 14 december

Programma:

10.30 uur	Ontvangst met een kopje koffie/thee met wat lekkers
10.50 uur	Welkomstwoord door Wender de Beet, voorzitter van Seniorenvereniging KBO Prinsenbeek
11.00 uur	Adventsviering, met als voorganger Corry Martens en zang van ons koor Viva La Musica
11.45 uur	Pauze voor een kopje koffie/thee
12.15 uur	Optreden van ons koor Viva La Musica
12.30 – 13.45 uur	Lunch
13.45 – 14.30 uur	Eerste ronde adventsbingo met diverse prijsjes
14.30 – 15.15 uur	Pauze met hapje en drankje
15.15 – 16.00 uur	Tweede ronde adventsbingo met diverse prijsjes
16.00 uur	Einde van de adventsviering; u heeft nog gelegenheid om wat na te praten en uw tweede drankje te nuttigen



Kosten voor deze adventsviering zijn € 8,00 per persoon.

Hiervoor krijgt u koffie/thee met iets lekkers, de lunch, gratis bingo, 2 consumpties en hapje.

U kunt vanaf **13 november tot en met 30 november** toegangsbewijzen kopen aan de bar in de Zilverberk, onder gelijktijdige betaling van het verschuldigde bedrag.

Let op: de toegangsbewijzen zijn **alleen geldig** voor de dag die op het bewijs is vermeld. Het aantal plaatsen is beperkt, dus op = op.

Dit jaar vragen wij u ook een aanmeldingsformulier in te vullen. Mochten er voor een van de 2 dagen te weinig aanmeldingen zijn dan kunnen we u indien nodig bereiken.

Als u niet bij het middagprogramma aanwezig wilt zijn bent u uiteraard vrij na de lunch te vertrekken.



TESTAMENTEN en ERFENISSEN

vrijdag 27 oktober 2023 van 10 tot 12 uur in de Zilverberk
door mw. mr. M. Dorland, van Heijkants Notariaat Oosterhout
toegang gratis – ook voor niet-leden

PRESENTATIE 5-DAAGSE REIS MEI 2024 op vrijdag 19 januari



Op vrijdag 19 januari 2024 komt de heer Dennis Sanders van Brabant Expres een presentatie verzorgen over de 5-daagse reis in 2024.

De presentatie wordt gehouden in De Zilverberk van 10.00 tot 11.30 uur.

Naar onze mening hebben we een zeer aantrekkelijke excursiereis gevonden, die zal gaan naar de

“West-Vlaamse Kust in België”

van maandag 20 tot en met vrijdag 24 mei 2024.

We verblijven in een mooi hotel in Blankenberge vlakbij de zeedijk en het strand. Vanzelfsprekend gaan we de belangrijkste plekken en steden in de omgeving bezoeken, zoals Brugge, Gent, Antwerpen en Ieper. De heer Sanders zal u op 19 januari verder alles wat u wilt weten vertellen over deze reis.

VERSLAG van de WORKSHOP “VALPREVENTIE”

Deze workshop, gepresenteerd door Pieter Mies fysiotherapeut in Prinsenbeek, was georganiseerd door de Stichting Sorg en is gehouden op 22 september j.l. in de Zilverberk.

Leden van onze Seniorenvereniging KBO Prinsenbeek waren hierbij ook van harte welkom.

Een verslag van deze workshop kunt u vinden op de website van de Stichting Sorg:

www.sorg-prinsenbeek.jouwweb.nl.

Als u daar de pagina VALPREVENTIE opent kunt u daar de presentatie vinden, inclusief folders, informatie en checklist.

Ook op de website: <https://www.veiligheid.nl> kunt u heel veel informatie vinden over dit onderwerp.

Valpreventie gaat om het verminderen of voorkomen van valongelukken bij ouderen door risicofactoren te behandelen of aan te passen.

Deze workshop was een eerste aanzet om u aan het denken te zetten en tot actie te bewegen. Doe dit als u nog (redelijk) vitaal bent om goed voorbereid te zijn als dit wat minder wordt.

U kunt ook een volledige cursus valpreventie volgen. Verschillende zorgverzekeraars bieden deze aan. Nu nog vaak alleen bij een aanvullende verzekering.

Maar waarschijnlijk wordt een cursus valpreventie in 2024 opgenomen in het basispakket van de zorgverzekering. Zodat de kosten geen belemmering hoeven te zijn om deze cursus te gaan volgen.

