

KBO Malden, Gladiolenstraat 41 6581XB Malden

Voor in uw agenda

- 6 maart : Alzheimercafé**
- 11 maart: SeniorenCinema**
- 18 maart: Algemene ledenvergadering KBO**
- 18 maart: CAM Molenhoek**
- 19 maart: Seniorendiner**
- 26 maart: Bingo**
- 15 april: SeniorenCinema**



SeniorenCinema

Op dinsdagmiddag **11 maart 2025** om 14.45 uur wordt de film **The Room Next Door** getoond.

Op dinsdagmiddag **15 april 2025** om 14.45 uur draait de film **I am Still Here**.

Zie voor de uitgebreide beschrijving van beide films de bijgevoegde flyer. U kunt telefonisch of online reserveren (zie flyer) en betalen aan de kassa. Op vertoon van uw KBO-pasje of verklaring van inschrijving bij de KBO, als u nog geen pasje hebt, krijgt u korting. De prijs bedraagt euro **8,70**.

Seniorendiner



Op de derde woensdag van de maand, **woensdag 19 maart** is het KBO seniorendiner van 17.00- 19.00 uur in MFC Maldensteijn. Catering Hermanussen verzorgt het menu. De kosten bedragen **€ 17,50** per persoon. U betaalt bij binnenkomst uw diner. **Dit kan uitsluitend contant.** (graag gepast geld meebrengen). Een eventueel drankje is eveneens voor eigen rekening, dit rekent u af bij MFC Maldensteijn.

U kunt zich opgeven voor het diner via ons mailadres info@kbomalden.nl of bij Wilma Geertsen tel.: 024-3580427. **Aanmelden is verplicht!** Aanmelding tot uiterlijk het weekend voorafgaand aan het diner. *(introducés zijn welkom)* **Als u zich aangemeld hebt en onverhoopt toch niet komt dient u zich wél af te melden. De KBO moet anders alsnog voor uw maaltijd betalen!**

Menu 1 19 maart

Champignon crème soep
Pasta carbonara
Rucola, sla

Bavarois met mango en witte chocolade

Menu 2 19 maart

Oma's groentesoep
Kippendijen in een kruidige roomsaus
Bloemkool en broccoli
Gekookte krielaardappelen Rauwkost
Bavarois met mango en witte chocolade

Vaste KBO-activiteiten

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
Biljarten: 13:30-17:00 uur in de Oase Richtershof 9a	Gymnastiek: 14:00-15:00 uur in Maldensteijn Biljarten: 13:30-17:00 uur in de Oase Richtershof 9a	Fietsen : 13:30 uur. Vertrek van het Kerkplein	Kegelen: 14:00 -16:00 uur Kegelcentrum Bolder 18b Heumen Sjoelen: 14:00 -16:00 uur Kegelcentrum Bolder 18b Heumen	Biljarten: 13:30-17:00 uur in de Oase Richtershof 9a

Alzheimer Café Heumen en Mook en Middelaar

6 maart is het thema van het Alzheimer Café Heumen Mook en Middelaar:

Afscheid nemen van het nu: omgaan met dementie

Vaak wordt rouwen gezien als iets dat pas na een overlijden komt. Maar voor veel mensen is dementie een voortdurende vorm van afscheid nemen van het 'vroeger', van wie iemand was, en soms zelfs van hoe de relatie ooit was. Deze ervaring wordt vaak 'levend verlies' genoemd, omdat de persoon er nog wel is, maar de verbinding zoals die was verandert.

Tijdens de bijeenkomst zal geestelijk verzorger Wim Smeets van Pantein en RadboudUMC spreken over deze gevoelens van anticiperende rouw. Hij zal ingaan op hoe het voelt om iemand te missen die nog leeft en hoe om te gaan met het verlies dat dementie met zich meebrengt.

Het Alzheimer Café vindt plaats in multifunctioneel centrum Maldensteijn aan het Kerkplein 8 in Malden. De avond begint om 19.00 uur met een inloop waarna om 19.30 uur het programma begint. Om 21.00 uur zal de afsluiting plaatsvinden.

U bent van harte welkom! De toegang is gratis en aanmelden is niet nodig.

Team Heumen [024 890 94 85](tel:0248909485) teamheumen@synthese.nl



In het kort:

Wanneer: 6 maart 2025 **Tijd:** Inloop vanaf 19.00 uur Café van 19.30 tot 21.00 uur

Waar: Multifunctioneel Centrum Maldensteijn, Kerkplein 8, 6581 AC Malden

Aankondiging Liedjes van Toen

Op woensdag **14 mei** willen we weer starten met Liedjes van Toen. Wij maken er weer een gezellige meezingmiddag van onder leiding van Dineke Eigenman, zang, Hendrik-Jan van der Werff, gitaar en Tiny Martens, accordeon. De foyer in Maldensteijn is vanaf 13.00 uur open en we beginnen om 13.30 uur.

We stoppen rond 15.30 uur. Zoals u weet kunt u een introducee meenemen.

De consumpties zijn voor eigen rekening.

Graag tot ziens op woensdag 14 mei!!!

Bingo KBO-Malden

Op **woensdag 26 maart** is de KBO-Bingomiddag in de bovenzaal van Multifunctioneel Centrum Maldensteijn, Kerkplein 8, Malden.

Het KBO-bingoteam zorgt weer voor een gezellige middag met leuke prijzen. De kosten voor een bingokaart zijn € 2,50.

Aanvang 14.00 uur. De zaal is open om 13.30 uur.

(pauze rond 14.45 uur)

Kom gezellig meedoen en neem je vrienden mee!

Introducees zijn van harte welkom!.

Na 3 rondes hebben we een kleine pauze. Heb je moeite met trappenlopen? Geen probleem er is een lift aanwezig in Maldensteijn. We hopen veel deelnemers te mogen verwelkomen

De volgende bingomiddag is: 28 mei.



Wist U,

Dat je het magazine ONS ook digitaal kunt ontvangen.
U kunt zich kosteloos aanmelden voor de digitale "ONS".
Dit is een extra uitgabe.

Voor KBO Gelderland en indirect ook voor onze vereniging levert het een financieel voordeel op als u zich hiervoor aanmeldt.

<https://onsmagazine.nl/informatie/inschrijven-ons-digitaal>

Hier kunt u zich inschrijven voor ONS Mail-Magazine.

Geef hier je naam en e-mailadres (verplicht) op en **kies** bij Uw provincie voor **KBO-Gelderland**.

Nadat u ingeschreven bent kunt U alle edities lezen ook die van de andere provincies.

Een van de voordelen is dat u artikelen kunt laten voorlezen



Naam (Vereist)

Voornaam Achternaam

E-mailadres (Vereist)

Kies uw provincie (Vereist)

Inschrijven

Lees uw editie in de kiosk

[Brabant/Zeeland](#)

[Gelderland](#)

[Limburg](#)

[Overijssel](#)

[Groningen](#)

[Friesland](#)

[Flevoland](#)

[Utrecht](#)

Musical 40-45.

Het bezoek aan de musical 40-45 op 24 april gaat door.

Iedereen die zich heeft ingeschreven krijgt circa een week voor die tijd nog een brief met informatie.

De reiscommissie.



Bezoek Vrijheidsmuseum.

Het geplande bezoek aan het Vrijheidsmuseum is helaas in verband met geringe belangstelling niet doorgedaan.

Voorlichting valpreventie "Ik sta sterk"

Een middag over valpreventie op 12 februari 2025

Er waren 21 personen aanwezig bij de voorlichting over valpreventie.

KBO-Malden organiseerde deze middag samen met de GGD Gelderland-Zuid, Gemeente Heumen, 2 fysiotherapeuten en beweegcoach van de Gemeente.



De fysiotherapeuten brachten door middel van een PowerPoint presentatie een goed verhaal en gaven veel tips om het vallen te voorkomen, zoals zaken als voldoende licht in huis, een goede bril, geen loszittende snoeren of kledingjes, medicijngebruik enz.

Ook gaven ze aan hoe je b.v. van de stoel opstaat, bij het afwassen op je tenen kunt gaan staan.

In Malden loopt er al een cursus valpreventie en de volgende cursus vindt in Overasselt plaats. Deze wordt door de Gemeente betaald. Er lopen nog 2 andere cursussen die wellicht door de zorgverzekeraar worden vergoed.

Tenslotte kon iedere aanwezige over een smart mat lopen waarbij een enkelband werd aangebracht en waarop te zien was hoe je beweegt, hoe de balans is en of je een laag, verhoogd of hoog valrisico hebt. Na afloop kreeg men nog een checklist mee naar huis waarbij je d.m.v. vragen je eigen valrisico kunt ontdekken.

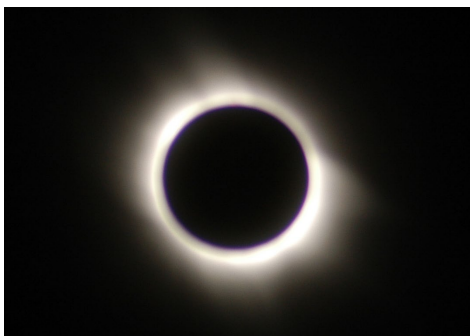


Al bij al was het een zeer interessante en leerzame middag!

Stichting Culturele Activiteiten Molenhoek
Dinsdag 18 maart 2025 20:00 uur
"De Zwarte Zon",
door drs. John Bruinsma.



In deze lezing wordt een uiteenzetting gegeven over het mooiste natuurverschijnsel dat er bestaat, namelijk een zonsverduistering (partial, total and annular solar eclipse). In 1715 waren er in Engeland al verhalen dat de wereld zou vergaan. De Apocalyps naderde! Hongersnood, plagen, oorlogen zouden wellicht komen. De "Zwarte Dag" naderde: het einde der tijden na 3 mei 1715. Het gebeurde niet; wel was er een prachtig en zeer indrukwekkend fenomeen aan de hemel zichtbaar. Dat is ook de laatste keer dat een totale zonsverduistering te zien was in Nederland. De eerstvolgende totale verduistering in Nederland (op de Waddeneilanden en in Groningen) is in 2135! Toch zijn er gemiddeld 1 tot 2 totale eclipsen per jaar op de aarde. Om een totale eclips te zien moet u dus reizen! John Bruinsma had de gelegenheid een drietal totale zonsverduisteringen mee te maken in Noord-Frankrijk, Turkije en in China en wil u hierover graag wat vertellen.



Een greep uit de onderwerpen: Hoe ontstaat een eclips? Hoe keek men in de oudheid tegen een eclips aan? De vliegende schaduwen, de sikkellichtjes, de diamant ring en het parelsnoer van Baily, de Corona en de zonnevlammen, de sterrenhemel overdag, de van slag zijnde natuur en het veranderde gedrag van dieren, de eclipswind en de emotionele reacties van de toeschouwers. Wanneer zijn er toekomstige verduisteringen op te bereiken plekken? Tips voor een veilige eclipservaring (o.a. de eclipsbril). Met het delen van ervaringen en de gelegenheid tot het stellen van vragen eindigt de avond.

Adres: "De Wieken", Esdoornlaan 5, 6584 BD Molenhoek.
De aanvangstijd is 20.00 uur precies. Entree inclusief kop koffie of thee.

SeniorenCinema



The Room Next Door – DI 11 MAART 14:45

Drama

The Room Next Door is de nieuwe film van Pedro Almodóvar (Dolor Y Gloria) met schitterende hoofdrollen van Julianne Moore en Tilda Swinton. In dit intieme drama over ouder worden, leven en sterven, staat de kracht van vriendschap centraal. Ingrid (Julianne Moore) is een succesvol schrijfster die ontdekt dat een oude vriendin Martha (Tilda Swinton) ziek is. Ze waren elkaar uit het oog verloren, maar de twee vinden elkaar direct weer als ze samen terugdenken aan het leven dat ze vroeger deelden. Wanneer Martha's gezondheid achteruit gaat, vraagt ze Ingrid haar te steunen bij haar zelfgekozen einde. Ze verlaten New York en trekken naar een mooie villa net buiten de stad. Omringd door de natuur en met hun gedeelde passie voor kunst en een vroegere liefde (John Turturro) vieren ze het leven zolang het nog kan.

Op vertoon van uw KBO-lidmaatschapskaart geldt een gereduceerd tarief. Er kunnen tussentijds prijswijzigingen plaatsvinden, zie hiervoor de website. Het is noodzakelijk tevoren te reserveren (gratis); telefonisch via het nummer **024 - 622 13 46** of via internet www.CineTwins.nl). Het adres van Cine Twins is Kerkplein 2b, 6581 AC Malden. In de buurt is volop parkeergelegenheid en de bus (lijn 83) stopt vlakbij.



I'm Still Here – DI 15 APRIL 14:45

Drama

Gebaseerd op de memoires van Marcelo Rubens Paiva, vertelt I'm Still Here het waargebeurde verhaal van de verdwijning van zijn vader, voormalig congreslid Rubens Paiva, tijdens de Braziliaanse militaire dictatuur in de jaren zeventig. De levens van Rubens Paiva's echtgenote Eunice (Fernanda Torres) en hun vijf kinderen veranderen na de verdwijning abrupt, en voorgoed. Eunice wordt gevangengenomen en onder druk gezet door het regime om haar vrienden en familie te verraden. Als ze 12 dagen later wordt vrijgelaten, zet ze alles op alles om zich af te zetten tegen het corrupte regime en te strijden voor de rechten van duizenden verdwenen, onschuldige burgers en hun families. Regisseur Walter Salles (Central Station, The Motorcycle Diaries, On the Road) is na lange tijd terug als fictieregisseur en maakt met dit krachtige portret voor het eerst in 16 jaar weer een film in zijn thuisland Brazilië, waar de film een regelrechte box office hit werd. De film ging in première tijdens het filmfestival van Venetië en actrice Fernanda Torres won voor haar rol de Golden Globe voor Beste Actrice in de categorie 'Motion Picture - Drama'.

De kaartverkoop gaat bij de SeniorenCinema trager dan normaal. Hierom willen we u vragen uw KBO- pas klaarte houden en de kaarten ruim van te voren af te halen zodat de film op tijd kan starten. Bedankt voor uw begrip.

UITNODIGING ALGEMENE LEDENVERGADERING

Het bestuur nodigt u van harte uit tot het bijwonen van de **algemene ledenvergadering** van KBO-Malden. Deze vergadering wordt gehouden op **dinsdag 18 maart 2025** in de theaterzaal van Multifunctioneel Centrum Maldensteijn, Kerkplein 8, Malden.

Aanvang 10.00 uur

Agenda:

- 1- Opening, welkomstwoord en herdenken overleden leden 2024
- 2- Mededelingen, eventueel ingekomen stukken en ingediende vragen
- 3- Goedkeuring verslag van de jaarvergadering van 21 maart 2024 (reeds toegezonden)
- 4- Ledenbestand 2024
- 5- Jaaroverzicht van de activiteiten 2024
(de stukken worden verstrekt bij de vergadering en zijn te vinden op www.kbomalden.nl)
- 6- Financieel verslag 2024 (de financiële stukken worden verstrekt bij de vergadering)
- 7- Verslag Kascontrolecommissie
- 8- Benoeming nieuwe Kascontrolecommissie
- 9- Decharge van het bestuur/penningmeester
- 10- begroting 2025
Goedkeuren begroting en vaststellen contributie voor 2026
- 11- Bestuursverkiezing
Afscheid penningmeester Mevr. Francy Hendriks en 2^e secretaris Theo Schoonenberg
Voorstellen nieuwe aspirant-bestuursleden
Eventuele kandidaat-bestuursleden kunnen zich tot aanvang van de ledenvergadering melden, voorzien van een lijst met daarop 5 handtekeningen van leden en een bereidverklaring van de kandidaat.
- 12- Rondvraag
- 13- Dankwoord
- 14- Sluiting

NB. U kunt vragen voor deze vergadering die wat meer achtergrondinformatie vereisen vóór 10 maart schriftelijk indienen via: info@kbomalden.nl of KBO-Malden, Gladiolenstraat 41, 6581 XB Malden.

Ook het onderstaand aanmeldstrookje kunt u vóór 10 maart hier in de brievenbus doen.

✂ -----

Ja, ik kom/wij komen naar de Algemene Leden Vergadering op dinsdag 18 maart 2025 in

M.F.C. Maldensteijn.

Naam:..... Adres:.....

Telefoonnummer:..... Aantal personen:.....

Belastinginvulhulp

Ook dit jaar valt de blauwe enveloppe belastingaangifte inkomstenbelasting weer op uw deurmat. Vanaf 1 maart aanstaande kunt u de aangifte versturen naar de belastingdienst.

Heeft u moeite met het invullen van de aangifte?

Maak dan een afspraak met een van onderstaande vrijwillige invulhulpen van KBO-Malden. Ook helpen zij u bij de aanvraag of wijziging van een eventuele huur- en/of zorgtoeslag.

Jaarlijks worden de invulhulpen op de hoogte gebracht van nieuwe belastingregels. KBO Gelderland coördineert deze cursussen.

De invulhulp ondersteunt alleen bij eenvoudige aangiften inkomstenbelasting: een aangifte van AOW, pensioeninkomen, eigen woning, aftrekposten specifieke zorgkosten en giften. De belastingservice is bedoeld voor KBO leden waarbij uiteraard privacy gewaarborgd is. Voor het verzorgen van de aangifte wordt een vergoeding gevraagd van 15 euro.

Freek de Bok 0243580397 of 0621468555 (weer beschikbaar)

Toon Jansen 0655390040

Fanny van Lier 0650802003

Korting op Zorgverzekering 2025

KBO-Gelderland - waarvan de KBO-Malden een onderdeel is - heeft met de zorgverzekeraars VGZ, CZ en Zilveren Kruis een collectiviteitskorting voor onze leden afgesproken voor AANVULLENDE VERZEKERINGEN.

Zorgverzekering VGZ – Collectiviteitsnummer: 87727737

Het VGZ vergoedt o.a. een vergoeding van het lidmaatschap bij de KBO-Malden tot € 25,00 per jaar bij de Aanvullende Verzekeringen VGZ Zorgt Goed, Beter of Best.

Zie website: www.vgz.nl/altijdwelkom

of telefoon 0900-8490

Zorgverzekering CZ – Collectiviteitsnummer: 002640031

U krijgt dan bij de aanvullende verzekering o.a. een korting van 10% op de premie van de aanvullende verzekering en vergoedt dan de contributie van KBO-Malden.

Zie website: www.cz.nl/collectief/kbo-gelderland

of telefoon: 0800-0244-4888

Het Zilveren Kruis (ZK) – Collectiviteitsnummer: 207088621

Het ZK vergoedt o.a. bij de collectieve aanvullende verzekeringen met 1, 2 of 3 sterren o.a. € 35,00 voor de rijbewijskeuring.

Website: www.zk.nl/kbo

Telefoon 0900-1810

CONTRIBUTIEBRIEF KBO 2025

Onderwerp: bewijs van inschrijving lidmaatschap van KBO-Gelderland/KBO-Malden

Datum:.....

Naam:.....

Adres:.....

Postcode en Woonplaats:.....

Mijn geboortedatum is:

Mijn persoonlijk relatienummer bij VGZ is:

Mijn lidmaatschapsnummer van KBO-Gelderland/KBO Malden is:

GE 12

Het KBO-collectiviteitsnummer is : **87727737** (via KBO- Gelderland)

De contributie voor het KBO-Lidmaatschap 2025 bedraagt € 32,50

Insturen als een gewone declaratie aan VGZ zorgverzekering



CONTRIBUTIEBRIEF KBO 2025

Onderwerp: bewijs van inschrijving lidmaatschap van KBO-Gelderland/KBO-Malden

Datum:.....

Naam:.....

Adres:.....

Postcode en Woonplaats:.....

Mijn geboortedatum is:

Mijn persoonlijk relatienummer bij CZ is:

.....

Mijn lidmaatschapsnummer van KBO-Gelderland/KBO Malden is:

GE 12

Het KBO-collectiviteitsnummer is : **002640031** (via KBO- Gelderland)

De contributie voor het KBO-Lidmaatschap 2025 bedraagt € 32,50

Insturen als een gewone declaratie aan CZ zorgverzekering

CONTRIBUTIEBRIEF KBO 2025

Onderwerp: bewijs van inschrijving lidmaatschap van KBO-Gelderland/KBO-Malden

Datum:.....

Naam:.....

Adres:.....

Postcode en Woonplaats:.....

Mijn geboortedatum is:

Mijn persoonlijk relatienummer bij VGZ is:

Mijn lidmaatschapsnummer van KBO-Gelderland/KBO Malden is:

GE 1 2.....

Het KBO-collectiviteitsnummer is : **87727737** (via KBO- Gelderland)

De contributie voor het KBO-Lidmaatschap 2025 bedraagt € 32,50

Insturen als een gewone declaratie aan VGZ zorgverzekering



CONTRIBUTIEBRIEF KBO 2025

Onderwerp: bewijs van inschrijving lidmaatschap van KBO-Gelderland/KBO-Malden

Datum:.....

Naam:.....

Adres:.....

Postcode en Woonplaats:.....

Mijn geboortedatum is:

Mijn persoonlijk relatienummer bij CZ is:

.....

Mijn lidmaatschapsnummer van KBO-Gelderland/KBO Malden is:

GE 12

Het KBO-collectiviteitsnummer is : **002640031** (via KBO- Gelderland)

De contributie voor het KBO-Lidmaatschap 2025 bedraagt € 32,50

Insturen als een gewone declaratie aan CZ zorgverzekering