

**KBO Malden, Gladiolenstraat 41 6581XB Malden**

## Voor in uw agenda

- 1 mei:** Alzheimercafé
- 4 mei:** Dodenherdenking
- 13 mei :** SeniorenCinema
- 14 mei:** Liedjes van toen
- 21 mei:** Seniorendiner
- 28 mei:** Bingo
- 15 juli** SeniorenCinema



## SeniorenCinema

Op dinsdagmiddag **13 mei 2025** om 14.45 uur wordt de film **En Fanfare** getoond.

Op dinsdagmiddag **15 juli 2025** om 13.30 uur draait de film **The Salt Path**

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 21 mei** 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](mailto: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	21 mei	Menu 2	21 mei
Tomatensoep		Ossenstaartsoep	
Gehaktbal		Kippendijen in babi pangang	
Gekookte aardappel bloemkool en broccoli		Mihoen met Chinese wok groenten	
Rauwkost		Gemende sla met diverse garnituren	
Bosvruchten met witte chocolade		Bosvruchten met witte chocolade	

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

## ATTENTIE

Het seniorendiner van woensdag 18 juni is verplaatst naar woensdag 25 juni.

### Afscheid bestuursleden

Tijdens de algemene ledenvergadering op 18 maart hebben wij afscheid genomen van Francy Hendriks en Theo Schoonenberg. Francy was 12 jaar lid van het bestuur, waarvan de laatste 5 jaar als penningmeester. Zij heeft altijd gezorgd dat de KBO niet in de financiële problemen kwam en hield alles keurig en overzichtelijk bij. Zij hield de hand op de knip waar nodig, maar gaf ook financiële ruimte voor activiteiten waar dat kon. Theo was 5 jaar lid van het bestuur als algemeen lid. Hij heeft de taak op zich genomen om de website te beheren. Onder zijn leiding hebben wij de website totaal vernieuwd. Sinds een jaar maakte hij ook de nieuwsbrief.

Wij bedanken Francy en Theo voor de prettige samenwerking.

Bestuur KBO-Malden



### Nieuwe bestuursleden

Op de Algemene Ledenvergadering van 18 maart jl. zijn 2 nieuwe bestuursleden gekozen



Janny vd logt, zij zal de functie van penningmeester in gaan vullen.

Janny is jarenlang penningmeester bij Juliana 31 geweest en is werkzaam als hypotheek adviseur



Betsy Arts, zij zal de functie van 2<sup>e</sup> secretaris in gaan vullen.

Betsy is actief als vrijwilligster bij diverse organisaties waaronder Buurtsoep, Juliana 31 en jeugd4daagse Malden

### Gemeentelijke Dodenherdenking

Zondag 4 mei vindt de jaarlijkse gemeentelijke dodenherdenking plaats.

Om 18.30 uur is er een viering in de H. Antonius Abt kerk (Kerklaantje 8 in Nederasselt).

Daarna wandelt de stoet naar het Bevrijdingsmonument aan de Schoonenburgseweg in Overasselt, waar de herdenking wordt gehouden.

#### Herdenking bij het Bevrijdingsmonument

De herdenking begint om ongeveer 19.35 uur, met onder andere een toespraak en de voordracht van een aantal gedichten. Dit jaar is het thema: '80 jaar vrijheid'. Dit thema speelt bij de herdenking een centrale rol. Om 20.00 uur worden twee minuten stilte in acht genomen. Daarna worden kransen en bloemstukken gelegd.

#### Napraten in Dorpshuis "Ons Huis" Nederasselt

Na afloop van de herdenking is er een mogelijkheid om na te praten in het Dorpshuis "Ons Huis", Kerklaantje 17 in Nederasselt

## Woensdag 14 mei 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.



## Bingo KBO-Malden

Op **woensdag 28 mei** 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: 23 juli.**



## Alzheimer Café Heumen en Mook en Middelaar 1 mei

Op **1 mei** is het thema van het Alzheimer Café Heumen-Mook en Middelaar:

**'Omgaan met apathie (lusteloosheid)'**



Apathie komt bij ongeveer de helft van alle thuiswonende mensen met dementie voor. Apathie uit zich in het verminderen of ontbreken van spontaan gedrag (initiatief), gedachten (interesse) en gevoelens (emoties). Hierdoor is er ook minder sociaal contact. Apathie heeft een negatieve invloed op de zelfstandigheid en de lichamelijke gezondheid van degene met dementie. Mensen met apathie kunnen ook sneller geestelijk achteruitgaan. De druk op mantelzorgers van mensen met apathie is daardoor groot. De beste aanpak is het regelmatig onderbreken van de apathie, met dagelijkse bezigheden en plezierige activiteiten.

Dorien Hofenk, onderzoeker bij het Universitair Kennisnetwerk Ouderenzorg Nijmegen (UKON), Radboudumc, komt uitleg geven over apathie bij dementie en over de methode Samen in Actie Bij Apathie-Thuis (SABA-Thuis).

Het Alzheimer Café vindt plaats in de foyer van 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.

Hebt u vragen of wilt u meer informatie? Neem dan contact op met Maureen Kremers van Synthese via: 06 42295212 of: [m.kremers@synthese.nl](mailto:m.kremers@synthese.nl)

# Hoe herken je iemand met dementie?

## 10 signalen

### Vergeetachtigheid

- Nieuwe informatie, belangrijke data of gebeurtenissen vergeten
- Steeds opnieuw dezelfde vragen stellen

### Problemen met dagelijkse handelingen

- Moeite hebben met het uitvoeren van gewone handelingen en de volgorde daarvan, zoals bij het boodschappen doen en aankleden
- Lastiger dingen kunnen plannen en regelen

### Vergissingen in tijd en plaats

- Verdwalen op een vaste route
- Niet weten welke dag het is

### Taalproblemen

- Gesprekken moeilijk kunnen volgen
- Niet of slecht op woorden of namen kunnen komen

### Kwijtraken van spullen

- Niet meer weten waar spullen gebleven zijn
- Spullen op vreemde plekken neerleggen

### Slecht beoordelingsvermogen

- Situaties lastiger kunnen inschatten
- Moeilijker keuzes kunnen maken

### Terugtrekken uit sociale activiteiten

- Minder dingen uit zichzelf ondernemen
- Minder contact zoeken met anderen
- Verlies van sociale netwerk

### Veranderingen in het gedrag en karakter

- Ander gedrag laten zien (verward, achterdochtig, angstig of verdrietig)
- Een stemming die zonder duidelijke reden omslaat

### Onrust

- Telkens op zoek zijn naar iets
- Steeds willen opruimen
- Vaak het gevoel hebben iets te moeten

### Problemen met zien

- Afstanden minder goed kunnen inschatten
- Moeite met lezen en het waarnemen van kleur en contrast
- Dingen zien die er niet zijn

**Maak je je zorgen over jezelf of een ander?  
Doe dan de geheugentest op [geheugentest.nl](https://www.geheugentest.nl)  
Voor meer informatie over dementie: [alzheimer-nederland.nl](https://www.alzheimer-nederland.nl)**

# Hoe ga je **GOED** om met iemand met dementie?

GOED is een ezelsbruggetje voor:

## **G**eruststellen

Praat op kalme toon, stel jezelf voor en stel gerust. Probeer niet te verbeteren, maar wees juist bemoedigend in het contact.

## **O**ogcontact

Maak oogcontact om na te gaan of je wordt begrepen. Geef de persoon met dementie de tijd om te reageren. Gebruik korte zinnen en stel simpele vragen. Liefst één vraag per keer. Probeer geen vragen te stellen over dingen die kort geleden zijn gebeurd.

## **E**ven meedenken

Vraag de persoon met dementie of je mag helpen. Leef mee met ideeën en wensen en betrek hem of haar bij de oplossing. Zeg wat je gaat doen.

## **D**ankjewel

Sluit het gesprek goed af. Dankjewel dat je iemand met dementie hebt geholpen. Zo help jij mee Nederland dementievriendelijk te maken.

**Aanvullende omgangstips:** vat boosheid of wantrouwen van iemand met dementie niet persoonlijk op en praat mét iemand met dementie en niet over iemand.

## **Gratis Training Samen dementievriendelijk**

**Woensdag 21 mei van 19.00 - 21.30 uur**

Verenigingsgebouw de Terp, Dorpsstraat 21 te Heumen

**Donderdag 23 oktober van 19.00 - 21.30 uur**

Gemeentehuis, Kerkplein 6 te Malden

Meld je aan via: [www.heumen.nl/dementievriendelijke-gemeente](http://www.heumen.nl/dementievriendelijke-gemeente)

of scan deze QR-code



# SeniorenCinema

**En Fanfare – DI 13 MEI 14:45**

## Komedie

De feelgoodfilm En fanfare is zowel hartverwarmend als hartverscheurend, en een groot bioscoopsucces in Frankrijk en België. De film laat zien hoe muziek mensen verbindt, en hoe onwaarschijnlijke familiebanden kunnen leiden tot oprechte vriendschappen.

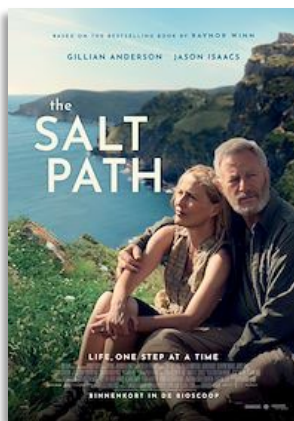
Thibaut (Benjamin Lavernhe) is een succesvol dirigent, Jimmy (Pierre Lottin) speelt bij de plaatselijke fanfare. Ze zijn broers, maar weten niet van elkaars bestaan. Tot Thibaut een beenmergdonor zoekt. En vindt. Door adoptie zijn hun levens totaal verschillend verlopen, maar hun liefde voor muziek brengt ze nader tot elkaar. Wanneer Thibaut het muzikale talent van Jimmy ontdekt, blijken de broers meer met elkaar gemeen te hebben dan gedacht.

En fanfare ging op het Filmfestival van Cannes in wereldpremière en groeide uit tot publieksfavoriet. Van het Filmfestival van San Sebastián tot Film by the Sea in

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](http://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.

## NIEUWS!!!

**I.v.m. De verbouwing hebben we in juni GEEN SeniorenCinema. Alle zalen worden voorzien van luxe stoelen.**



**The Salt Path – DI 15 JULI 13:30**

## Drama

Echtpaar Raynor en Moth Winn bevinden zich in de herfst van hun leven wanneer ze onverwachts hun huis kwijtraken en Moth erachter komt dat hij ernstig ziek is. Samen neemt het koppel de moedige beslissing om het eeuwenoude South West Coast Path te lopen, in de hoop dat de uitdagende tocht en Engelse natuur hen troost kunnen bieden. Met een leeggelopen bankrekening, een tent en een minimum aan noodzakelijke spullen beginnen ze vastberaden aan een bijzondere reis van meer dan duizend kilometer. Dit inspirerende, waargebeurde verhaal gaat over de betekenis van je thuis voelen, omgaan met verdriet en de helende kracht van de natuur.

The Salt Path (Het Zoutpad) is de verfilming van de gelijknamige bestseller van Raynor Winn. De hoofdrollen worden gespeeld door Gillian Anderson (The X Files, Sex Education, 'The Crown) en Jason Isaacs (The Death of Stalin, The White Lotus).

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