

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

Voor in uw agenda

2 juli Alzheimer Café
8 juli: Liedjes van toen
14 Juli: SeniorenCinema
15 Juli: Seniorendiner
28 Juli: SeniorenCinema
11 augustus: SeniorenCinema
19 augustus: Seniorendiner
25 augustus: SeniorenCinema



Beste KBO-leden

Deze nieuwsbrief is voor 2 maanden. Ook het magazine ONS is een dubbelnummer.

Het volgende magazine ONS met onze nieuwsbrief ontvangt u na 26 augustus.

De actuele KBO-zaken en eventuele wijzigingen zullen we op onze website vermelden.

www.kbomalden.nl In de komende vakantiemaanden is het wat rustiger met onze KBO-activiteiten, maar er zijn nog veel leuke dingen te doen. De vaste activiteiten zoals SeniorenCinema, Seniorendiner, Bingo, Fietsclub, Kegelen, Sjoelen en Biljarten gaan natuurlijk gewoon door.

Gymnastiek gaat tussendoor kort met vakantie.

SeniorenCinema

Op dinsdag 14 juli 2026 om 13.30 uur, dit i.v.m. de vakantie, draait de film Calle Malaga, op dinsdag 28 juli om 13.30 uur de film Tre Ciotole, op dinsdag 11 augustus om 13.30 uur de film Solemamma en op dinsdag 25 augustus om 14.30 uur de film Zondag de Negenste. Zie bijgaande flyer. Graag telefonisch of online reserveren en betalen aan de kassa waar u op vertoon van uw KBO-pasje of verklaring van inschrijving korting krijgt. Voor KBO-leden bedraagt de **prijs vanaf 1 juli € 9,90**.

Seniorendiner



Op de derde woensdag van de maand, **woensdag 17 juni** 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 06-28585842 of Mia v.d. Werff 06-44185660

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 15 juli

Groentesoep
Speklapjes, bietjes met appel en zilveruitjes
Gekookte aardappel, rauwkost

Citroen tiramisu

Menu 2 15 juli

Goulashsoep
Babi ketjap, hete boontjes, witte rijst
Rauwkost

Citroen tiramisu

Menu 1 19 augustus

Champignonsoep
 Varkenshaas, boontjes
 Gebakken aardappel, rauwkost

Parfait van aardbei

Menu 2 19 augustus

Kippensoep
 Spaghetti met gehaktballetjes
 Groene sla

Parfait van aardbei

Vaste KBO-activiteiten

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
Biljarten: 13:30-17:00 uur in de Oase Richtershof 9a	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 Bewegen op muziek: 14:30-15:30 uur gymzaal de Komeet

Alzheimer Café Heumen en Mook en Middelaar 2 juli 2026

Op 2 juli is het thema van het Alzheimer Café Heumen-Mook en Middelaar: **'Een euthanasiewens bij dementie'**.

Nadenken en praten over euthanasie is vaak moeilijk, zeker als er sprake is van dementie. Toch is het mogelijk dat mensen met dementie ook voor euthanasie kiezen. Dit is wettelijk vastgelegd. Hoe gaat zo'n proces van aanvragen tot uitvoering, en wanneer begin je daarmee? Op deze avond komt een SCEN-arts uitleggen wat belangrijk is en welke mogelijkheden er zijn. Uiteraard is er ruim de tijd voor het stellen van vragen.

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.

Heumenstegoed

Wanneer u een laag inkomen heeft, is het soms financieel moeilijk om mee te doen aan maatschappelijke activiteiten, zoals schoolreisjes, lidmaatschap van een (sport)club of de bibliotheek of de kosten van een uitstapje. Daarom heeft de gemeente Heumen een meedoenregeling die deze kosten vergoedt. Dit gaat in de vorm van het Heumenstegoed. Het Heumenstegoed kunt u vanaf 15 januari tot en met 31 december 2026 besteden bij een van de deelnemende organisaties of verenigingen.

KBO-Malden doet hier nu ook aan mee en bij aanbod vindt u nu het abonnement, we zullen hier nog andere dingen aan toevoegen welke dan goedgekeurd moeten worden door de gemeente we zullen u hiervan op de hoogte houden.

Kijk op onderstaande link of u in aanmerking komt

<https://www.heumenstegoed.nl>

Huidig aanbod KBO-Malden

<https://www.heumenstegoed.nl/aanbod> zoek op KBO-Malden



Voor hulp bij invullen formulieren zoals b.v. Heumenstegoed kunt u hier terecht.

<https://www.sshbsupport.nl>

SSHBSupport

menu

Hulp bij formulieren

Soms is het lastig om formulieren goed in te vullen. We helpen je graag. Bijvoorbeeld met zorg- of huurtoeslag, je inkomstenbelasting of een ander formulier of brief waar je even niet uitkomt.

Hulp bij geldzaken

Lukt het soms niet om je rekeningen op tijd te betalen? Vind je het moeilijk je administratie op orde te houden? Samen kijken we hoe je er financieel voor staat. Wij helpen je om weer grip te krijgen op je geld.

Voor inwoners van de gemeenten Berg en Dal, Heumen en Mook en Middelaar

Rabo ClubSupport

Ook dit jaar doen we weer mee met Rabo Clubsupport, de opbrengt komt dit jaar ten goede van ons 75 jarig jubileum

**ONZE BANK OOK VAN
KBO-MALDEN**

Wij doen mee met Rabo ClubSupport

**STEM VANAF 7 SEPTEMBER
IN DE RABO APP**

de coöperatieve
Rabobank 

Digitale veiligheid

Donderdag 28 mei organiseerde de gemeente Heumen een gratis interactieve middag voor senioren met als doel om hen te helpen veilig online te blijven en digitaal weerbaarder te worden tegen oplichting en cybercriminaliteit. Tijdens de bijeenkomst konden deelnemers rekenen op een praktische en toegankelijke training, met aandacht voor onder andere phishing, nepagente en fraude via telefoon of e-mail. Ook werden er concrete tips gegeven om veilig online te navigeren.

Grote belangstelling

Met een indrukwekkende opkomst van maar liefst 88 inwoners was de digitale veiligheidsmiddag een groot succes! De belangstelling was zelfs zo groot dat er flink gepast en gemeten moest worden om iedereen een plek in de zaal te geven. Gelukkig lukte dat én konden alle bezoekers genieten van een lekker broodje en een kopje koffie.

Interactieve training

De middag werd geopend door de burgemeester, die de aanwezigen van harte welkom heette. Daarna verzorgde Robin Henkes een interactieve training van ruim twee uur over online criminaliteit en digitale fraude. Onderwerpen zoals phishing, nepberichten, bankhelpdeskfraude en het herkennen van verdachte signalen kwamen uitgebreid aan bod. De deelnemers kregen niet alleen uitleg, maar ook praktische handvatten om zichzelf beter te beschermen tegen digitale oplichting. De betrokkenheid vanuit de zaal was groot: er werden veel vragen gesteld en volop ervaringen gedeeld. Juist deze interactie maakte de bijeenkomst extra waardevol en leerzaam.

Een uitgebreide Flyer met tips vindt je op onze website www.kbomalden.nl/digitale-veiligheid



Liedjes van Toen

Op woensdag **8 juli** is er weer een Liedjes van Toen. Wij maken er weer een gezellige meezingmiddag van onder leiding van Hendrik-Jan van der Werff, gitaar, Ger Keijzers, zang en 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 8 juli



Doortrappen; Veiliger fietsen tot je 100^{ste}

doortrappen

veiliger fietsen tot je 100ste



Doe
Gratis mee!

Fiets u ook graag, maar bent u minder mobiel of heeft u moeite met uw evenwicht? Heeft u vragen over welke fiets zou voor mij het beste zijn? Is er een fietsroute in mijn gemeente, waar ik fijn kan fietsen? Hoe kan ik het beste op- en afstappen en is een helm voor mij belangrijk? Op al deze vragen en meer geven wij antwoord. Tevens wordt er aandacht besteed aan fietsvalpreventie in het project **DOORTRAPPEN!**

Samen met de gemeente Heumen wordt dit project u gratis aangeboden. Inschrijven is aan te raden. Dit kan via het onderstaand emailadres. Kies waar u aan mee wilt doen.



Opgeven:

Beweegcoach Imke Bonnamy

06 410 18 138

info@imkebonnamy-sport.nl

doortrappen

Fietsen en Gezondheid 3 juli

3 juli 14.00 uur

Een lezing over hoe gezond fietsen is, wat komt erbij kijken zowel lichamelijk en mentaal. Voor de toekomst en nu.

Waar: 't Môks Café Mook

Fietstocht met bingo 19 september

19 september 13.00 uur

Georganiseerd in de week van de Mobiliteit. Leuke fietstocht met opdrachtjes, volle kaart? Bingo en ontvang een presentje!

Waar: Start Maldensteijn, parkeerplaats

Verkeersveiligheidsworkshop 6/13 oktober

6 oktober 14.30 uur Maldensteijn

13 oktober 14.30 uur Môks Café

"Fiets en Verkeer Nu" Leer de situatie van nu, vul je kennis aan, of fris het op!

Reflectiecampagne "Zien en Gezien worden"

November

Bewustwording rondom veilig fietsen tijdens donkere maanden, Informatie volgt nog! **Gratis Licht!**

Blijf vitaal en zelfstandig
Doe mee met Goed Gevoed
Ouder Worden in Heumen!

voor meer informatie;

www.kbomalden.nl/nieuws/goed-gevoed-ouder-worden-in-heumen

SeniorenCinema



CALLE MALAGA - DI 14 juli 13:30, 13:45 (i.v.m. vakantie, ander tijdstip)

Drama

In Calle Malaga van Maryam Touzani, geniet de Spaanse Maria Angeles, een 74-jarige vrouw in Tanger, van haar rustige leven in de kleurrijke Marokkaanse kustplaats. Wanneer haar dochter haar huis verkoopt en ze gedwongen op zoek moet naar een nieuwe plek, besluit ze om haar thuis terug te krijgen. Deze keuze leidt onverwacht tot nieuwe kansen op liefde en sensualiteit.



TRE CIOTOLE - DI 28 juli 13:30 (i.v.m. vakantie, ander tijdstip)

Drama

Marta (Alba Rohrwacher) is een leraar lichamelijke opvoeding op een middelbare school in Rome. Ze woont samen met Antonio (Elio Germano), een chef-kok wiens carrière in opkomst is. Na een triviale ruzie besluit Antonio abrupt de relatie te verbreken. Terwijl Antonio zich stort op zijn werk probeert Marta met verdriet haar leven weer op de rit te krijgen. Ze bekommert zich op school om haar scholieren en krijgt eindelijk aandacht voor de avances van een collega. Maar als ze ontdekt dat haar gebrek aan etenslust niets te maken heeft met de breuk, zet dit haar leven op zijn kop en ontdekt ze de waarde van het leven.



SOLOMAMMA - DI 11 augustus 13:30 (i.v.m. vakantie, ander tijdstip)

Drama

De 40-jarige Edith is journalist en bewust solomoeder via een spermadonor. Ze is gelukkig met haar zontje Sigurd, maar het alleenstaande ouderschap maakt haar ook onzeker over wat ze te bieden heeft. Wanneer ze onverwacht de identiteit van de donor ontdekt, neemt haar nieuwsgierigheid de overhand. Edith besluit hem op te zoeken onder het valse voorwendsel van een interview over zijn techbedrijf. Dat riskante besluit brengt echter niet alleen haar eigen leven en emoties in de war, maar ook die van velen om haar heen. Solomamma is een Noorse tragikomedie over de moed om een onconventioneel leven te leiden en over het universele verlangen om ergens bij te horen. Op intieme wijze en met een vleugje humor verkent de film het mijnenveld van het moderne ouderschap en bijbehorende vraagstukken over identiteit, verbinding en welke ethische grenzen we bereid zijn te overschrijden als het om kinderen gaat. Solomamma ging in première op het Locarno Film Festival, waar de film werd bekroond met Ecumenical Prize, en werd vervolgens geselecteerd voor vele internationale festivals.



ZONDAG DE NEGENSTE - DI 25 augustus 14:30, 14:45

Drama

Na een leven vol gemiste kansen zien de broers Horst en Franz elkaar weer. Horst lijdt aan een gebrek aan levensvreugde en Alzheimer, Franz heeft geld nodig en hoopt op de erfenis van zijn broer én brengt een onverwachte bezoeker uit het verleden een lang begraven familiegeheim aan het licht.

Ledenvoordeel voor KBO-leden bij Cine Twins. Op vertoon van uw KBO-lidmaatschapskaart profiteert u van een gereduceerd tarief bij Cine Twins. Houd er rekening mee dat **tussentijdse prijswijzigingen** mogelijk zijn; raadpleeg hiervoor altijd de website. Reserveren is noodzakelijk, maar kosteloos.

U kunt uw plaats reserveren per telefoon (024 - 622 13 46) of online via de website www.CineTwins.nl

In de directe omgeving is ruime parkeergelegenheid beschikbaar en buslijn 83 stopt op korte loopafstand.

Let op:

Bij de SeniorenCinema verloopt de kaartverkoop wat langzamer dan gebruikelijk. Wij vragen u daarom vriendelijk om uw KBO-pas alvast gereed te houden en uw tickets ruim van tevoren af te halen. Zo kunnen we samen zorgen dat de film op tijd kan beginnen. Hartelijk dank voor uw begrip!

Het bestuur wenst u een fijne vakantie