



# Juli 2025

## ABO - NIEUWS



Activiteiten  
Bureau  
Ouderen

### Uitgelicht: KoffieExtra

Op maandag 7 juli is er weer een gezellige “KoffieExtra” in het Hart van Hellevoet. Een mooie gelegenheid om nieuwe contacten te maken in een ongedwongen sfeer met een lekker kopje koffie of thee erbij!!

Aanvang vanaf 13.30 uur.

Meer informatie bij Rietje Beket, tel 06 2263 8331,

e-mail; [rietjebeket@upcmail.nl](mailto:rietjebeket@upcmail.nl)



### Kleinschalig uitstapje

**ABO uitje met Voornes Opstapbus op maandag 7 juli,**

**“High C” bij Schmidt Zeevis te Rotterdam:**

Vandaag een ritje naar Rotterdam naar de bekende viswinkel Schmidt Zeevis. Hier gaan we niet naartoe voor een High Tea maar voor een “High C”. Dit is een toren vol met al het lekkers dat de zee te bieden heeft, o.a. gerookte zalm, gerookte paling, Hollandse garnalen, kibbeling, butterfly garnalen, gebakken gamba's en mosselen. Compleet met 3 sausjes, toast en boter. Met daar 2x iets te drinken bij. Ga mee voor deze bijzondere en heerlijke vis lunch.



### Buiten de vertrektijd zijn onderstaande tijden richttijden

11:20 uur verzamelen bij De Vliedberg

12:15 uur High C (eventueel aankopen doen voor thuis)

±14:15 uur vertrek naar Hellevoetsluis

±14:45-15:00 uur terug bij De Vliedberg (verkeersafhankelijk)

Kosten € 41,50 per persoon

Incl. vervoer van en naar de Vliedberg, lunch in de vorm van een High C en 2x drinken, rollator vriendelijk

Betaling op bankrekening NL89 INGB 0007 1337 38 t.n.v. ABO.

Voor dit uitstapje aanmelden bij Elly Kip tel.06 1876 5070,

e-mail: [geertruida2010@live.nl](mailto:geertruida2010@live.nl)

### 112-app bij moeite met spreken of horen

Bij een noodgeval belt u natuurlijk 112. Dat kan nu ook via de app 112NL



Heel handig de 112NL app op je telefoon, waarmee je diverse instanties zoals brandweer, politie en ambulance kunt waarschuwen in geval van nood. De hulpdienst kan dan direct zien waar u bent. Uiteraard kunt u spreken met de desbetreffende hulpdienst. Chatten is ook mogelijk.

Deze app is gratis te downloaden voor Android (Samsung etc) – Play Store en iPhone (Apple) – App Store. Wel locatie aanzetten op de telefoon bij de instellingen!

## Kleinschalig uitstapje

**ABO uitje met Voornes Opstapbus donderdag 17 juli, Tramrit met oude RTM-tram + bezoek museum te Ouddorp + rondvaart Grevelingen**

**Rondrit:** Museum RTM met Tramrit te Ouddorp: ruim 50 jaar was RTM de belangrijkste vervoerder van de Zuid-Hollandse en Zeeuwse eilanden. Beleef de herinneringen van een reis van vroeger met het originele RTM-materieel tijdens de rondrit door de duinen van 'De Punt' van Goeree over de Brouwersdam naar Scharendijke met een gerestaureerde RTM-tram uit die vroegere jaren.



Bij aankomst een kopje koffie of thee en kan het vernieuwde uitgebreidere museum worden bezocht. De tram van 13:30 uur sluit aan op de rondvaartboot van Rederij Zeeland waarmee u een rondvaart maakt over de Grevelingen en u komt met de laatste tram terug naar de remise.

**Rondvaart:** De Grevelingen is een voormalige zeearm van de Noordzee gelegen tussen de eilanden Goeree-Overflakkee en Schouwen-Duiveland. In het kader van de Deltawerken is de Grevelingen afgesloten door de Grevelingendam (1965) en de Brouwersdam (1971). Zo ontstond het Grevelingenmeer, het grootste zoutwatermeer van Europa. Door de jaren heen is het Grevelingenmeer een prachtig natuur- en recreatiegebied geworden.



De voormalige zandbanken zijn begroeid en worden begraasd door wilde paarden. Tevens broeden er vele soorten vogels. De laatste jaren worden ook steeds meer zeehonden gezien op het meer en zelfs bruinvissen. We laten u de mooiste plekjes van het meer zien. U kunt genieten van de mooie vergezichten. Aan boord krijgt u koffie of thee met een punt appeltaart.

### Buiten de vertrektijd zijn onderstaande tijden richttijden

11:10 uur   verzamelen bij De Vliedberg  
12:00 uur   aankomst koffie + museum + tramrit heen en terug + rondvaart  
±16:45 uur   vertrek naar Hellevoetsluis  
±17:20-17:30 uur terug bij De Vliedberg (verkeersafhankelijk)  
Kosten € 57.00 per persoon

Incl. vervoer van en naar de Vliedberg, aankomst met koffie/thee en bezoek museum, 1-uur durende tramrit met halverwege overstap op de rondvaartboot over de Grevelingen, aan boord koffie/thee en appeltaart, hierna terug met RTM-tram naar de remise. (u kunt uw lunch zelf meenemen of ter plaatse eenvoudige lunch kopen)  
Rollator vriendelijk.

Betaling op bankrekening NL89 INGB 0007 1337 38 t.n.v. ABO.  
Voor dit uitstapje aanmelden bij Hanny Stekelenburg tel.0181 317 991,  
e-mail: [abo.hannystekelenburg@gmail.com](mailto:abo.hannystekelenburg@gmail.com)

## **Kleinschalig uitstapje**

**ABO uitje met Voornes Opstapbus maandag 28 juli, Toeristenmarkt en winkelen in het prachtige Domburg.**

Vandaag bezoeken we de toeristenmarkt in de prachtige oude binnenstad van Domburg. Hier kunt u gezellig slenteren langs de kraampjes en winkels aan de Markt + West- en Ooststraat. We beginnen deze dag gezamenlijk met een lekker kopje koffie of thee met proeverijtje van lekkernijen bij 'In den Walcherschen Dolphyn'. Hierna kunt u Domburg gaan verkennen en kunt u eventueel afspreken om ergens met elkaar te gaan lunchen (eigen kosten). Wanneer u liever een wandeling naar of over het strand maakt dan kan dit natuurlijk ook.



### **Buiten de vertrektijd zijn onderstaande tijden richttijden**

09:15 uur   verzamelen bij De Vliedberg  
11:30 uur   markt/winkelen/enz.  
13:00 uur   lunch  
15:00 uur   verzamelen voor terugweg  
±16:30 uur  terug bij De Vliedberg (afhankelijk van verkeer)

Kosten € 33,50 per persoon

Incl. vervoer van en naar de Vliedberg-Domburg, koffie/thee met proeverijtje.

Lunch voor eigen rekening. Rollator vriendelijk

Betaling op bankrekening NL89 INGB 0007 1337 38 t.n.v. ABO.

Voor dit uitstapje aanmelden bij Hanny Stekelenburg tel.0181 317 991,

e-mail: [abo.hannystekelenburg@gmail.com](mailto:abo.hannystekelenburg@gmail.com)

## **Deelnemen aan ABO activiteiten**

Het merendeel van de ABO-activiteiten wordt goed bezocht. We hebben deelnemers die al jaren meedoen en ook mensen die sinds korte tijd gebruik maken van het activiteiten aanbod. Vandaar dat wij het weer een keer publiceren:

### **Deelname aan ABO-activiteiten doet u op eigen risico!**

De activiteitenbegeleider zal u natuurlijk zoveel mogelijk bijstaan als er iets gebeurt. Echter u bent zelf verantwoordelijk voor schade of gebeurtenissen.

Ook is het altijd handig als u een identificatie bij u heeft en ook een telefoonnummer waarmee in geval van nood contact kan worden opgenomen.

Gelukkig komen dit soort voorvallen weinig voor, dus u kunt met een gerust hart deelnemen aan de activiteiten. Wij wensen u daarbij veel plezier.

## **Vakantie en ABO-activiteiten**

In de zomer ligt er een aantal activiteiten stil. Maar er zijn ook activiteiten die (gelukkig) gewoon doorgaan. We noemen ze onderstaand allemaal, met een telefoonnummer voor verdere informatie.

- Kleinschalige uitjes, deze gaan in de zomer gewoon door. Lees het ABO-Nieuws.
- Inloop bridge Gaat gewoon door, elke donderdagochtend in Hart van Hellevoet, aanvang 10.00 uur, tel. 06 2378 4053.
- Bingo Gaat gewoon door. De eerstvolgende dinsdagen zijn 8 en 22 juli en zo verder om de 14 dagen. In Hart van Hellevoet, aanvang 13.30 uur. Tel 06 4084 2409.
- KoffieExtra Gaat gewoon door op elke 1<sup>e</sup> maandagmiddag van de maand in Hart van Hellevoet, aanvang 13.30 uur. Tel. 06 2263 8331.
- Biljarten Gaat gewoon door, elke maandag- en woensdagmiddag in de Buiten Veste, aanvang 12.00 uur. Tel. 06 2055 9890.
- Koersbal Gaat gewoon door. De eerstvolgende woensdagen zijn 9 en 23 juli en zo verder om de 14 dagen. In De Klinker, aanvang 13.30 uur. Tel 06 4650 0914.
- Wandelen Gaat gewoon door. Elke maandagochtend, verzamelen bij Hart van Hellevoet om 9.45 uur. Tel. 06 4098 2997.
- Etentjes Op 21 augustus een Barbecue in Hart van Hellevoet, aanvang 17.00 uur. Tel. 0181 323 681. De buffetten starten weer in september.
- MBvO Normale lestijden op maandagochtend om 9.30 of 10.45 uur in Ri-Jo. Op 21 juli en op 25 augustus wordt er geen les gegeven. Bel voor informatie 06 4650 6821.
- Kaarten, dat is klaverjas en jokers Er wordt gespeeld in juli op 1, 15 en 29 juli in Hart van Hellevoet Augustus begint met vakantie, dus geen kaarten, en vervolgens wordt er vanaf 26 augustus weer om de 14 dagen gespeeld. Aanvang 13.30 uur. Tel. 06 5764 5941.
- Muziekquiz Start weer op 28 augustus in Hart van Hellevoet, aanvang 13.30. Zie voor verdere info het ABO-Nieuws..
- Dagreisjes Ligt stil in de zomerperiode. Lees hiervoor het ABO-Nieuws.

Kijk voor verdere informatie op onze website [www.abohellevoetsluis.nl](http://www.abohellevoetsluis.nl) of bel voor algemene informatie met 06 3012 6133.

## **Rijbewijskeuring, tijdig regelen!**

Een afspraak boeken op de website. [www.rijbewijskeuringsarts.nl](http://www.rijbewijskeuringsarts.nl) tel.085 0180800

Bij boeken aangeven dat u lid bent van de ABO voor de ledenkorting.

Let op dat u eerst de gezondheidsverklaring van het CBR koopt!!

Zie [www.cbr.nl](http://www.cbr.nl), inloggen met uw DigiD. De kosten € 45,75 betaalt u via iDeal. Wilt u liever een papier formulier (alleen voor 75+), dat kan ook bij de gemeente. Het kan zijn dat er dan extra administratiekosten verschuldigd zijn.