



Augustus 2025

ABO - NIEUWS



Activiteiten
Bureau
Ouderen

De MuziekBingo gaat weer beginnen.

Tot de zomer heette deze middag de MuziekQuiz. Eigenlijk is het meer een bingo. Dus vanaf nu noemen we het de MuziekBingo. De eerste is op donderdag 28 augustus in het Hart van Hellevoet.

Zaal open om 13.00 uur. Aanvang 13.30 uur.

Graag op tijd aanwezig zijn! Kosten 5,50 euro p.p. incl. muziekbingokaart, 2 consumpties en een hapje in de pauze. Betaling op bankrekening: NL89 INGB 0007 1337 38 t.n.v. ABO

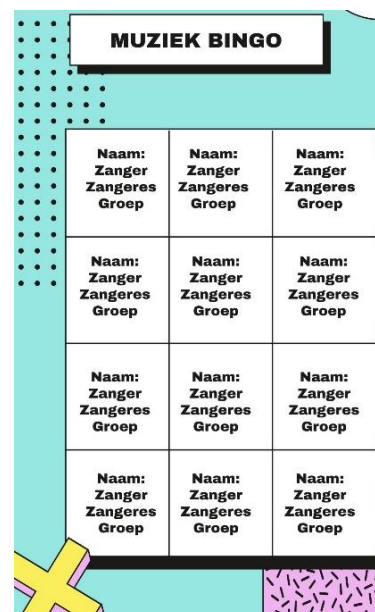
Let op: i.v.m. het maken van de muziekbingo-kaarten is inschrijven verplicht. **Er is geen vrije inloop!!** Er zijn 3 bonnen van Albert Heijn te winnen.

Aanmelden bij Mia Ketz per e-mail: abo.mketz@gmail.com

of bellen naar nummer 0181 314 362. Elke werkdag, tussen 16.00 en 18.00 uur.

Kom gezellig meespelen bij de Muziekbingo met meezingers.

Voor uw agenda: de volgende muziekbingo's zijn op donderdag 9 oktober, 6 november en op 4 december



BARBECUE op donderdag 21 augustus (er is nog plaats)

Er is nog plaats bij de gezellige BBQ georganiseerd door ABO en SBO. Verzorgd door slagerij Van Oldenbarneveld. Bij mooi weer buiten en bij slecht weer binnen in Hart van Hellevoet. De kosten zijn € 27,50 p.p. inclusief 1 drankje.

Betaling op bankrekening: NL89 INGB 0007 1337 38 t.n.v. ABO met vermelding BBQ

Inloop vanaf 16.00 uur en Start om 17:00 uur.

Opgeven bij Jan de Vries per email: abo.devries@gmail.com of tel. 0181 323 681.

Kleinschalig uitstapje

ABO uitje met Voornes Opstapbus vrijdag 22 augustus: bezoek aan Faunapark Flakkee te Nieuwe-Tonge.

Faunapark Flakkee is een klein dierenpark in Nieuwe-Tonge sinds 1995. In het natuurrijke park zijn veel dieren te zien. Tientallen verschillende soorten vogels, alpaca's, bevers, herten, kangoeroes/walibi's, mangoesten, capibara's, eekhoorns, moeraskatten en nog veel meer. Het park wordt gerund door vrijwilligers.

Na het bekijken van de dieren drinken we gezamenlijk nog een kopje koffie of thee met daarbij een stukje appeltaart met slagroom!

Buiten de vertrektijd zijn onderstaande tijden richttijden!!

12:45 uur verzamelen bij De Vliedberg
13:00 uur vertrekken richting Nieuwe-Tonge
13.30 uur aankomst Faunapark, rondgang door het park
±14.45 uur koffie/thee met appeltaart en slagroom
±16.00 uur verzamelen voor vertrek naar Hellevoetsluis
±16.45 uur retour bij De Vliedberg (verkeersafhankelijk)



De kosten zijn € 37,75 per persoon. Dit is Incl. vervoer van en naar de Vliedberg, entree, koffie/thee en appelpunt. 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

Kleinschalig uitstapje

**ABO uitje met Voornes Opstapbus dinsdag 26 augustus,
lunchen bij Gasterij de Bollaarshoeve te Oostvoorne en daarna bezoek
aan 'museum' De Koffieleut te Rockanje.**

We beginnen met een uitgebreide lunch (12-uurtje) bij Gasterij de Bollaarshoeve en aansluitend brengen we een bezoek aan het leuke, afwisselende "museum" de Koffieleut. Bewonder de grote verzameling van vooral oude koffiemolens, koffie- en theepotten, maar ook enkele land- en tuinbouw gereedschappen en andere oude voorwerpen.

Na de enthousiaste uitleg van Jeannette drinken we hier natuurlijk een bakje koffie (of thee) met een stuk appeltaart met slagroom.

Buiten de vertrektijd zijn onderstaande tijden richttijden!!

11:30 uur verzamelen bij De Vliedberg
11:50 uur vertrek naar Oostvoorne
12:30 uur gevarieerde lunch
13:30 uur vertrek naar De Koffieleut
14:30 uur koffie/thee met appeltaart
±15:15 uur vertrek naar Hellevoetsluis
±15:40 uur terug bij De Vliedberg



Kosten € 32,00 per persoon. Incl. vervoer vanaf de Vliedberg, lunch met koffie/thee, bezoek De Koffieleut en koffie/thee + appeltaart. 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

Snackmiddag op woensdag 10 september

1 uur snacks eten zo veel u wilt!!!

Heeft u ook weleens trek in een patatje maar heeft u geen zin om naar de snackbar te gaan?
Kom dan naar Hart van Hellevoet.



Activiteiten
Bureau
Ouderen

SBO en ABO nodigen u uit voor een snackmiddag in het Hart van Hellevoet.

Zaal open: 15:30 uur, **Start Snacks:** 16:00 uur, **Einde:** 17:00 uur

Kosten 10 euro, drankjes zijn voor eigen rekening!!!

U kan genieten van:

Patat, Frikandel, Kroket, Kaassouffle, Bamihap, Kipcorn, en Mexicano

Saus: mayonaise, curry en ketchup Opgeven bij Jan de Vries email:

abo.devries@gmail.com of bellen naar Jan, 0181-323 681.

Bedrag overmaken naar NL89 0007 1337 38 t.n.v. ABO
met vermelding, **snackmiddag**

De snackmiddag wordt verzorgd door



De buffetten starten weer!!!

Gezien de grote belangstelling plannen we dit jaar 2 buffetten per maand.

Eerste buffet “Voor elk wat wils” op woensdag 24 september

Zaal open, 16.15 uur Gelieve niet eerder te komen! Start Buffet 17.00 uur.
Een heerlijk buffet uit de keuken van slagerij Van Oldenbarneveld.

Koude gerechten:

Vers afgebakken brood met tapenade, pesto en kruidenboter
Rundvleessalade en Scharreleisalade

Warme gerechten:

Garnalen met knoflook, Gehaktballetjes in satésaus, Kip yakitori, Nasischotel,
Beenham in honing-mosterdsaus, Gebakken aardappeltjes met spek en ui

Opgeven bij Jan de Vries, email, abo.devries@gmail.com of bel naar 0181-323 681

Kosten zijn incl. 2 consumptiebonnen 19,50 euro voor donateurs
en voor niet- donateurs 22,50 euro. Overmaken naar NL89 0007 1337 38 t.n.v. ABO

Al vast voor uw agenda: De volgende buffetten zijn gepland op 8 en 22 oktober, 5 en 19 november, 3 en 17 december. U kunt zich opgeven voor deze datums als het buffet is aangekondigd in het ABO-Nieuws.

Dagtocht op vrijdag 19 september 2025



ZeeuwsFruitMuseum in Kapelle en

bezoek aan Berkenhof's Tropical Zoo in Kwadendamme.

Vertrek Vliedberg 8:30 uur parkeerterrein. Vertrek Oostvoorne 9:00 uur bushalte De Ruy Oostvoorne (bij deelname van minimaal 10 personen)

Aankomst 10:30 Fruitmuseum met ontvangst met koffie en iets lekkers

Rondleiding museum,

- **tour:** Ontdek hoe het veilen vroeger ging en probeer het zelf.
- **Veilen:** Bemachtig onder leiding van een echte veilmeester je eigen bakje fruit.

Wil je zelf eens aan de knopjes zitten? Voel de spanning als jouw bod in de buurt komt en geniet als je gewonnen hebt. Iedereen neemt zijn eigen gewonnen oogst mee naar huis.

I.v.m. groepskorting is de Museumkaart niet geldig.

Vertrek Fruitmuseum 12:30 uur

Aankomst Berkenhof Tropical Zoo 13.00 uur

Lunch 13:00 uur Koffietafel met diverse broodsoorten, kroket, diverse soorten beleg, rundvlees salade en 2x koffie/thee/melk

Na de lunch bezoekt u zelfstandig de Tropical Zoo. Er is geen rondleiding. Het is een aparte sensatie om in Zeeland door de sfeer van de tropen te lopen, omringd door 's werelds grootste en kleurigste vlinders, reptielen, tropische vogels en prachtige planten en bloemen. Alles is overdekt en rolstoelgeschikt. Een echte jungle met schitterende waterpartijen, unieke cactussen, metershoge bananenbomen, passieflora's, bamboe en een ruisende waterval. Er is ook een tentoonstelling over planten en prehistorische dieren (1e verdieping, trap!).



16:00 uur einde bezoek 16:15 uur vertrek bus

17:30 uur aankomst Hellevoetsluis, parkeerplaats de Vliedberg

18:00 uur aankomst Oostvoorne, Bushalte de Ruy

I.v.m. reserveren voor 1 september opgeven bij Jan de Vries per email abo.devries@gmail.com of bel naar 0181-323 681

Kosten voor donateurs 65,00 euro en voor niet- donateurs 67,50 euro op bankrekening NL89 INGB 0007 1337 38.

Betaling graag voor 1 september 2025

Optreden zaterdag 27 september

Optreden van **Angelique Wardenier** in het Hart van Hellevoet.

Na eerdere succesvolle optredens zijn we blij dat, in het kader van de Week van de Ontmoeting, Angelique weer naar het Hart van Hellevoet komt. Dit optreden wordt verzorgd door SBO en ABO.

Zaal open: 12:30 uur - Optreden start: 13:30 uur – Pauze 14.15 uur – Einde 15.00 uur.



Kosten zijn € 8,50 voor donateurs en niet-donateurs betalen € 9,50. Prijs is incl. koffie/thee met wat lekkers van de Week van de Ontmoeting en 1 drankje naar keuze



Activiteiten
Bureau
Ouderen



Opgeven bij Jan de Vries e-mail abo.devries@gmail.com
of bellen naar 0181 323 681. Betaling op bankrekening
NL89 INGB 0007 1337 38 t.n.v. ABO.

Kaarten, klaverjassen en jokeren

Start 26 augustus. U kunt bij ons klaverjassen en jokeren en er zijn leuke prijsjes te winnen. Alle speeldagen vallen op **dinsdag** in de oneven weken. We spelen vanaf 13:30 uur. Verdere informatie kunt u vinden op onze website: abohellevoetsluis.nl

Vaste deelnemers hoeven zich alleen af te melden. Nieuwe deelnemers of deelnemers die af en toe meespelen dienen zich, voorafgaande aan de speeldag, op maandag voor 12:00 uur aan te melden. Dit kan bij **Kees Vos**, tel. 06 5764 5941 of per e-mail: c.vos24@chello.nl (voorkeur).

Er wordt gespeeld in Hart van Hellevoet. De Eik 68, Hellevoetsluis
De kosten voor deelname zijn € 4,00 inclusief eenmaal koffie of thee.
Wij hopen altijd op een grote opkomst, want zeg nu zelf, wat is nu er gezelliger dan gezamenlijk een kaartje te leggen?

Alles wordt duurder



Het wordt eentonig en wij vinden het, net als u, heel jammer, maar er is nog steeds sprake van prijsstijgingen. Met name het vlees is behoorlijk duurder geworden.

Toch kunnen we de meeste prijzen om deel te nemen aan de ABO-activiteiten op hetzelfde niveau houden. Alleen de prijs voor de buffetten wordt per september verhoogd naar € 19,50 per persoon. Voor deze prijs kunt u deelnemen aan het buffet en (nog steeds) krijgt u daar 2 consumptiebonnen bij.

Eind van het jaar bekijken we opnieuw of de deelname prijzen in 2026 verhoogd moeten worden.

Huur- en Zorgtoeslag 2024 aan te vragen tot 01-09-2025

Laat u geen geld liggen? Tot 1 september 2025 kunt u nog toeslag aanvragen over 2024. We hebben het nu over mensen die geen huur- en/of zorgtoeslag ontvangen. Krijgt u al toeslag, dan hoeft u niets te doen.



Ligt uw inkomen over 2024 als alleenstaande ongeveer onder de € 37.500 en als samenwonenden onder de € 49.000 dan kan het zijn dat u recht heeft op huur- en/of zorgtoeslag.

Naast het inkomen telt de hoogte van uw vermogen mee en bij de huurtoeslag ook de hoogte van de huur.

Denkt u dat u alsnog recht heeft op toeslagen, dan kunt u een proefberekening maken op www.belastingdienst.nl
Het programma heet Proefberekening toeslagen.

Lukt dat niet, neem dan hiervoor contact op met de ABO-vrijwilliger die u geholpen heeft bij uw Belastingaangifte over 2024.

Het telefoonnummer vindt u op de meegeefbrief.

Of bel Gré Koster tel. 06 5133 5014.

Uitgelicht: MBvO (Meer Bewegen voor Ouderen)

Door te bewegen voelt u zich fitter en blijft u vitaal.

Door dit in een groep te doen maakt u contact en is het ook nog gezelliger.

Deze lessen worden niet gegeven door een vrijwilliger, maar door een deskundige kracht.

Er wordt lesgegeven aan 2 groepen. Iedere maandag ochtend van 9.30 tot 10.25 en van 10.45 tot 11.40 uur. Gezamenlijk wordt er koffie gedronken van 10.25 tot 10.45 uur. Op maandag 25 augustus is er wegens vakantie geen les.



De kosten zijn € 3,00 per les inclusief een kopje koffie of thee.

De eerste keer dat u meedoet is een gratis proefles.

Kom eens kijken in Ri-Jo, Kanaalweg oostzijde 134, Hellevoetsluis. Of vraag informatie bij Iris Eijfferts tel. 06 4650 6821 of stuur een e-mail naar

iris.eijfferts@gmail.com