



November 2025

ABO - NIEUWS



Activiteiten
Bureau
Ouderen

Fitheidstest voor alle 55-plussers uit Voorne aan Zee

Correctie: in ons vorige Nieuws hebben we de datums en plaats verwisseld, bij deze de **correcte datum en plaats**.

Op 8 november is er een fitheidstest en informatiemarkt in Hellevoetsluis, in het Sportcomplex De Eendra8, Ria Mastenbroekplein 4.

Tijd: tussen 10.00 uur -15.00 uur, aanmelden is verplicht en kan tot een week van te voren op de website www.catharina.nl/fitheidstest **Deelname is gratis.**

Lijkt het u wat, vrijwilliger worden bij ABO?

Monique stopt helaas met de Bingo. ABO vindt het jammer haar als vrijwilliger te verliezen. We bedanken haar voor haar inzet, die zij eerst als invaller en vervolgens als mede-organisator van de Bingo toonde.

Zodoende is er een vacature voor een vrijwilliger die de bingo 1 keer in de 2 weken op dinsdagmiddag samen wil draaien. Hierbij hoort ook het samen op stap gaan om leuke prijsjes te kopen. De 2^e vrijwilliger die de bingo draait is Sjanie. Zij wil graag verder gaan met iemand die enthousiast is en waarmee zij prettig kan samenwerken.

Een andere mogelijkheid die Sjanie opperde is dat het draaien van de Bingo door 2 mensen wordt overgenomen. Bijvoorbeeld om samen met iemand waar u een leuk contact mee heeft de bingo te gaan doen. In dat geval zal Sjanie na een inwerkperiode stoppen met de bingo.

Dus lijkt het u wat om die taak als vrijwilliger van de bingo op te pakken, alleen (met Sjanie) of samen, dan horen wij dat graag. De bingo heeft rond de 60 enthousiaste deelnemers die u daar een groot plezier mee zou doen.

Tot slot even wat toelichting op het doel van ABO.

Door vrijwilligers worden allerlei activiteiten georganiseerd. Hierdoor beleven deelnemers aan die activiteiten plezier, maar ook de vrijwilligers vinden genoeg in het organiseren en worden er blij van als mensen met plezier meedoen.

Natuurlijk kan je het niet iedereen altijd naar de zin maken, maar als deelnemers zich negatief opstellen gaat de lol voor iedereen (andere deelnemers en vrijwilligers) er af.

Natuurlijk mag je aan de vrijwilliger kenbaar maken wat je er van vindt, graag juist, want van opbouwende kritiek leren we allemaal. Alleen het blijven foeteren in gezelschap op wat je niet goed vindt of anders zou doen, wordt en is heel vervelend voor de omgeving. De meeste deelnemers hebben een leeftijd bereikt waarop je alleen nog dingen doet die je energie geven en leuk vindt.

Als een activiteit ergernis oplevert, kan het zijn dat je jezelf een plezier doet door er niet (meer) aan deel te nemen.

Beste mensen, als we met elkaar ons best doen om de sfeer prettig te houden / maken, worden we er allemaal blij van. Nu nog invulling van de vacature!

Informatie of aanmelden kan bij Cora van Jeveren tel. 06 3373 1215 of per mail abo.v.jeveren@gmail.com

Buffetten in november, Chinees!!

1^e buffet 5 november is vol!!!

2^e buffet 19 november, er is nog plaats

- Mini Loempia's
- Babi Pangang
- Foe Yong Hai
- *Kai Jow (krokante gebakken Kip)
- Gon Bao Kai (Gewokte kipfile met groenten en Cashewnoten scherpe saus)
- Tjao Tja Zai (Roergebakken groente Varkenshaas)
- ChaSiew (zoet geroosterd Varkensvlees)
- Sate Ayam (Kip)
- Nasi, bami & witte rijst



Let op: wijzigingen voorbehouden!!

Kosten 19,50 euro per persoon voor donateurs, 22,50 euro voor niet-donateurs. Incl. 2 muntjes voor 2 drankjes naar keuze of 1 drankje en een Magnum na.

Opgeven bij Jan de Vries; tel 0181 323 681 of per email abo.devries@gmail.com
Betaling op bankrekening NL89 INGB 0007 1337 38 t.n.v. ABO.

Kleinschalig uitstapje op zondag 9 november

ABO uitje met Voornes Opstapbus, **Snertram rondrit Rotterdam**

De snerttram is een leuk uitje voor de wintermaanden! U gaat op reis door Rotterdam onder het genot van een kop dampende erwtensoep met stokbrood en daarna een drankje in de tram. Pompoensoep is ook mogelijk.

Een unieke rondrit vanaf Crooswijk via het Centrum en de Kuip naar historisch Delfshaven en het chique Kralingen. U komt langs de leukste high-lights en de gids vertelt u het één en ander over de stad. De snerttram is een bijzondere verschijning in Rotterdam. De tram ziet er aan de buitenkant uit alsof ze dwars door een pan erwtensoep is gereden.



Onderstaande tijden zijn bij benadering:

12.25 uur **verzamelen** in Hellevoetsluis, **Hart van Hellevoet!!**

12.40 uur instappen

13.30 uur aankomst bij restaurant (voor koffie/thee + toilet)

14.20 uur aanwezig bij tram want vertrek is exact 14.30 uur

14.30 uur vertrek rondrit

16.00 uur einde rondrit bus ophalen + terug naar huis

±17.00 uur retour in Hellevoetsluis

Kosten 50,00 euro per persoon. Dit is incl. vervoer van en naar het Hart van Hellevoet, de Eik 68, koffie/thee bij Restaurant 't Slaakhuys, rondrit in snerttram met gids en kop erwtensoep met stokbrood (of pompoensoep) en iets te drinken.

Rollatorvriendelijk. 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

Kleinschalig uitstapje op woensdag 12 november

ABO uitje met Voornes Opstapbus **Pannenkoek eten bij Pannenkoekenhuis 't Golfje Frittella te Rockanje.**

Vandaag gaan we een heerlijke pannenkoek eten. Samen eten is gezelliger! U kunt kiezen uit de lijst met Hollandse pannenkoeken. Er is veel keuze in zoet en hartig of een combinatie hiervan.

Onderstaande tijden zijn bij benadering:

11.30 uur	verzamelen bij het Hart van Hellevoet
11:45 uur	vertrek naar het pannenkoekenhuis
12:10 uur	aankomst voor lunch incl. 2 consumpties
±13:40 uur	einde lunch en vertrek naar Hellevoetsluis **
±14:10 uur	terug bij het Hart van Hellevoet



** Eventueel mogelijkheid om na de lunch bij de sfeervolle cadeauwinkel 'Bij Tante Agaath' te kijken, dan bent u ongeveer 40 minuten later terug bij het Hart van Hellevoet.

Kosten 25,50 euro per persoon. Incl. vervoer van en naar het Hart van Hellevoet, de Eik 68, een overheerlijke pannenkoek en 2x iets te drinken. Rollatorvriendelijk, 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: abo.ellykip@gmail.com

Vrijdag 28 november Kerstdagtocht

The most wonderful time of the year.

Goed nieuws: Gezien de grote belangstelling gaan we met twee bussen, dus er is nog plaats. Let op: de opstapplaats en uitstapplaats is bij het Hart van Hellevoet!! Kijk in het ABO-Nieuws van oktober voor de uitgebreide beschrijving van deze dag.

Opgeven bij Jan de Vries e-mail abo.devries@gmail.com of bel naar 0181 323 681 Kosten zijn 65,- euro p.p. voor donateurs en 67,50 euro p.p. voor niet-donateurs. Bedrag storten op bankrekening van ABO nummer NL89 INGB 0007 1337 38

Muziekbingo

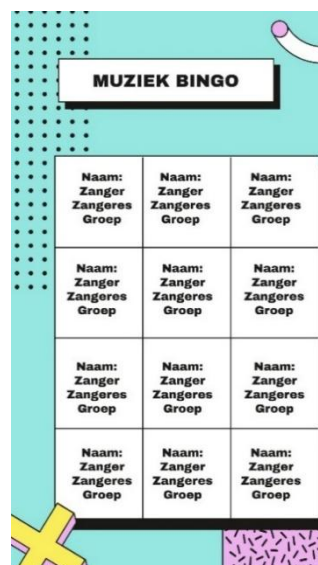
Donderdag 6 november is er weer een **Muziekbingo** in het Hart van Hellevoet.

Let op: Aanvang 13.30 uur. Zaal open om 13.00 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

Aanmelden bij Mia Ketz per e-mail: abo.mketz@gmail.com
of bellen naar nummer 0181 314 362.
Elke werkdag, liefst tussen 16.00 en 18.00 uur

Let op: i.v.m. het maken van de muziekbingo-kaarten wordt inschrijven op prijs gesteld. Er zijn 3 bonnen van Albert Heijn te winnen.
Kom gezellig meespelen bij de Muziekbingo met meezingers.

Voor uw agenda: de volgende muziekbingo's, zijn op donderdag 4 december, en in **2026**, op donderdag 15 januari, 12 februari, 26 maart, 23 april en 21 mei.



Let op: de KoffieExtra op de 1^e maandagmiddag in december vervalst!!! **Dit start weer in 2026.**

Maandag 1 december: de Helius Shanty Zangers

Optreden in Hart van Hellevoet, de Eik 68. Zaal open 13:00 uur, start optreden 14:00 uur, einde optreden 15.30 uur.



Kosten 7,50 euro incl. kopje koffie/thee.

Deze middag wordt voor u georganiseerd in samenwerking met SBO. Het Shanty & Seasongkoor is op 29 november 1980 opgericht door een aantal enthousiaste leden van W.S.V. "Helius". Zij hebben momenteel ruim 20 leden met zout water in het bloed en staan onder leiding van de dirigent Aart van der Gronden, die tevens de veelal driestemmige arrangementen voor het koor schrijft.
Ze beschikken over een uitgebreid repertoire van Engelse-, Ierse-, Franse-, en Duitse Shanties & Seasongs.

Opgeven bij Jan de Vries per e-mail abo.devries@gmail.com
of bellen naar Jan de Vries, Tel 0181 323 681
Bedrag storten op bankrekeningnummer ABO NL89 INGB 0007 1337 38

Taxi nodig? Bel dan SBO tel 0181 322 273. bereikbaar tot 13:00 uur. Doe dit dan uiterlijk op vrijdagmorgen 28 november voor 12:00 uur.

Stamppotten buffet op woensdag 3 december

Aanvang 17:00 uur Zaal open 16:00 uur Hart van Hellevoet,
De Eik 68 Hellevoetsluis.

Boerenkool met worst, Zuurkool met worst,
Andijvie met Spekjes, Bietenstampot met gehaktballen

Kosten 19,50 euro per persoon voor donateurs, 22.50 euro
voor niet-donateurs. Incl. 2 muntjes voor 2 drankjes naar
keuze of 1 drankje en een Magnum na.

Tijdens het buffet treedt de groep Happy Sound op.



Opgeven bij Jan de Vries; tel 0181 323 681 of per email abo.devries@gmail.com
Bedrag storten op de bankrekening van ABO: NL89 INGB 0007 1337 38

Taxi nodig? Bel dan naar SBO 0181 322 273, bereikbaar tot 13.00 uur. SBO rijdt tot 18.00 uur.

Ger Vos in het Nieuwe Luxor Theater in Rotterdam op 24 november

Ook dit jaar is de belangstelling voor het concert van Ger Vos zeer groot zodat we een loting zullen houden. Er kunnen maximaal 62 personen mee in de bus.
Er staan 69 personen ingeschreven waarvan 54 personen vorig jaar niet zijn geweest en zoals al eerder vermeld gaan die voor.

Net voor aanvang van het buffet zal op woensdag 5 november de loting plaatsvinden onder de 15 overgebleven inschrijvingen. Helaas zullen 7 personen afvallen.

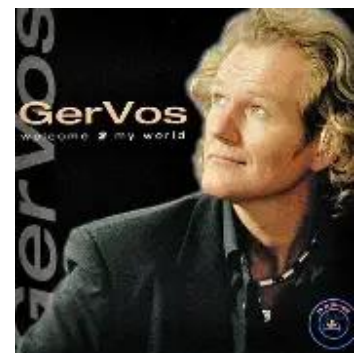
Na 5 november ontvangt u van Jan de Vries de uitslag of u meekan of niet.

Valt u af, dat is jammer maar hoeft geen probleem te zijn want op 10 december treedt Ger Vos op in Hart van Hellevoet!

WOENSDAG 10 DECEMBER: **OPTREDEN VAN GER VOS IN HART VAN HELLEVOET**

Deze middag wordt voor u georganiseerd in samenwerking met SBO. Zaal open 13:00 uur. Optreden vanaf 14:00 uur, einde 15:30 uur. Kosten 7,50 euro incl. kopje koffie of thee.

Na een geweldige Feeling Good Tour in het Nieuwe Luxor treedt Ger Vos nu speciaal voor de donateurs van ABO op in Hart van Hellevoet. Ger Vos (geboren Rotterdam, 5 januari 1963) is een Nederlands zanger en entertainer. Vanaf zijn zeventiende tot zijn negenentwintigste zong hij in de band Index waarmee hij zijn debuut maakte in Zuidland. Hij maakte in 1999 van zijn hobby zijn werk.



Opgeven bij Jan de Vries per email abo.devries@gmail.com, tel .0181 323 681
Graag betaling na aanmelding naar bankrekeningnummer NL89 INGB 0007 1337 38

'Senioren reisclub Westvoorne'/ABO-Hellevoetsluis

Korte dagtocht naar het Kunstmuseum in Den Haag

Op **woensdag 17 december** is de senioren reisclub uitgenodigd om met de Museum Plusbus een **gratis** bezoek te brengen aan het Kunstmuseum in Den Haag.

Uw lunch á 15,00 euro dient u wel zelf, na aanmelding, te betalen.
(Bankrekening volgt na aanmelding.) Mochten er ABO-senioren zijn die ook graag dit museum willen bezoeken, dit is mogelijk.

Maar..... er is helaas maar één opstaplocatie, nl. de achter-parkeerplaats van wooncentrum Leemgaarde. Vertrektijd 10.00 uur, aldaar.

Aanmelden: **e.berg73@live.nl** 06 2898 3134

De senioren reisclub kan u momenteel ook al melden dat er voor 2026 drie meerdaagse reisjes gepland staan.

De datums zijn: 18-22 mei Hotel Bilstein in het Sauerland.
(Ook bezocht in 2024 en in 2026 hetzelfde excursieprogramma!)

15-19 juni Hotel Schaepkens in Valkenburg en 14-18 september Hotel Straelen in het stadje Straelen/D. (Dit hotel ligt dichtbij de grens van Venlo.)

De programma's zijn reeds op te vragen bij Elma.
e.berg73@live.nl 06 2898 3134

Voor uw agenda:

Buiten de gebruikelijke zaken in december en januari zijn er nog diverse andere leuke activiteiten gepland in samenwerking met SBO

Bijvoorbeeld: op zondag 11 januari is er in het Hart van Hellevoet een try out van het toneelstuk "**Puinhoop in de kringloop**", een klucht in twee bedrijven door Toneel vereniging Sint Leonardus.

Verdere informatie in het ABO Nieuws van december.
Met uiteraard de boodschap van Sinterklaas en ons Kerstverhaal, niet van Al maar spontaan gemaakt .

Tip:

Kijk ook eens op onze gemakkelijk toegankelijke website: www.abohellevoetsluis.nl