

Jaargang 16, nr. 3

Actief in ontmoetingen

Bewegen voor Ouderen met valpreventie: Seniorengymles, is dat wat? Zo lang mogelijk fit blijven is een ideaal, maar menigeen schroomt daar daadwerkelijk mee aan de slag te gaan. Nou vooruit, kom eens vrijblijvend bij een seniorengymles langs voor een proefles mee. Deze lessen zijn ook geschikt voor mensen met een zogenaamde lage belastbaarheid en toch willen sporten. Dat kan in kleine groepjes van 12 tot 15 deelnemers onder leiding van een gekwalificeerde fysiotherapeut op vrijdagochtenden van 9.00 tot 9.45 uur en 9.45 tot 10.30 uur in de gymzaal.

Ben je geïnteresseerd, wil je meer informatie of jezelf aanmelden? Denk eraan: bewegen heeft heel veel voordelen voor gestel en geest. Meld je digitaal aan via secretariskbovorstenbosch@gmail.com of tel. 06-42183550.



Overleden:

Op 9 februari is Albert Dominicus overleden. Albert was 86 jaar. Hij bezorgde jarenlang de KBO-post en bemande ook vele jaren de bar tijdens de biljartcompetities. Kerkgangers zullen hem herinneren als nauwgezette koster.

Op 10 februari is voor velen nogal onverwacht Maria van Asseldonk-van Lanen overleden. Zij was 83 jaar. Maria was regelmatig bij onze grote activiteiten aanwezig.

Wij wensen nabestaanden en familie van Albert en Maria sterkte bij dit verlies.

Nieuw lid: Martin van Gemert, woonachtig aan De Helling en bij de Klusdienst bekend als elektrotechnicus, maar ook verdienstelijk zanger en begenadigd drummer. We heten hem van harte welkom.

Fotowedstrijd 2025, van januari tot oktober

Doe je mee aan onze fotowedstrijd? Stuur max. 5 foto's van Vorstenbosch en omgeving (geen personen, actie loopt tot november) naar seniorenkbovorstenbosch@gmail.com. Tijdens de 80-plussers bijeenkomst worden de winnaars bekendgemaakt. Een onafhankelijke jury zal de foto's beoordelen.

Resultaten Valrisico meting

Tijdens de meetweek rond valrisico hebben 45 personen de test ondergaan. Van hen waren er twee met een 'verhoogd valrisico' en dertien met een 'hoog valrisico'. Aangezien er computerproblemen waren bij het opstarten heeft een aantal deelnemers de test niet afgewacht. Dat betreuren wij, maar er komt zeker een vervolg.

Dus zorg dat je de komende tijd niet valt.

Jaarvergadering 2025

Op woensdagmiddag 26 maart houden we onze algemene jaarvergadering vanaf 14.00 uur. Het bestuur legt dan verantwoording af over het gevoerde beleid. Ook de jaarrekening wordt dan gepresenteerd. Na de pauze gaan onze nieuwe ouderenadviseur John van den Elzen en opbouwwerker Joyce van Oort van Ons Welzijn aan de slag met een interactieve presentatie. Zie onze website voor meer informatie.

Nieuwe activiteiten

Soms leven er in het dorp aardige ideeën voor een activiteit. En lang niet altijd bereiken dat soort vondsten het bestuur. Dus: is er een leuk idee om buiten of binnen met een groepje leden iets interessants te ondernemen? Laat het ons weten, zodat we samen kunnen zien of het levensvatbaar is en de moeite van het organiseren waard is. Bedenk: samen staan we sterk!

Quiz/ontspanningsavond

Op woensdag 2 april is er een ontspanningsavond met een quiz vanaf 19.00 uur (zaal is open vanaf 18.30 uur). De organiserende commissie lanceert alweer de 16^e editie van onze jaarlijkse quiz. Wie zin heeft kan meedoen aan de loterij 'op de koffie gaan'. Aanmelden kan via bijgaande flyer.

Meerdaagse reis

Senioren Vorstenbosch en Nistelrode organiseren in samenwerking met EMA Reizen een vijfdaagse busreis naar België-Ardennen-Moezel. De vertrekdatum is 15 september. Heeft u belangstelling? Alle informatie en een inschrijfformulier zijn op te vragen bij Gerrit Verhoeven, tel. 06-81703932. Anders als in flyer en parochieberichten gemeld kan men zich aanmelden tot eind maart.

ACTIVITEITEN IN DEZE MAAND

Bridgen	Elke maandagochtend bridgen. Vrije inloop. 13-27 maart elke 2 ^e 4 ^e 5 ^e donderdag vd maand	9.00 uur 19.00 uur
Biljarten	Elke maandagavond: interne competitie van sept t/m mei Elke woensdagavond: interne competitie sept t/m mei Federatie biljarten: vrijdagmiddag, volgens eigen planning Vrij biljarten dinsdagmorgen 10.00, middag 13.00 en avond donderdagmiddag 13.00 en avond. vrijdagavond	18.30 uur 18.30 uur 13.00 uur 19.00 uur 19.00 uur 19.00 uur 19.00 uur
Handwerken	Elke dinsdagmiddag vrije inloop.	14.00 uur
Clubavond	Elke dinsdag kaartspel vrije inloop.	19.00 uur
Rikconcours	6-20 maart elke 1 ^e 3 ^e donderdag van de maand van september tot en met april	19.00 uur
Kaarten maken	14 maart (elke 2 ^e vrijdagmorgen van de maand)	10.00 uur
Kienen	17 maart (elke 3 ^e maandagmiddag van de maand)	14.00 uur
BvO	14-21-28 maart vrijdagmorgen 1 ^e groep 9.00 en 2 ^e groep	9.45 uur
Jaarvergadering	26 maart woensdagmiddag	14.00 uur

Bestuur Senioren Vorstenbosch.

Privacy foto's: Tijdens diverse senioren-activiteiten worden er foto's gemaakt. Deze foto's, waarop u mogelijk zichtbaar in beeld bent, kunnen gepubliceerd worden in deze nieuwsbrieven. Als U daar bezwaar tegen heeft: laat het ons dan tijdig weten.