



KBO-Sint Anthonis

Nieuwsbrief 1 - 2023

25 januari t/m 28 februari

Voorzitter:

J. (Jan) Lamers,
tel: 06-22807400.
lamersj10@gmail.com

Secretariaat:

Ad interim:
Jan Lamers, voorzitter,
tel: 06-22807400.
kbo.sintanthonis@gmail.com

Cliëntondersteuner:

mevr. Ton van Katwijk.
Bereikbaar elke dinsdag-
en donderdagmorgen,
tel. 0485-381886 of
06-11053559.

Dorpsteam:

tel. 0485-700 521.
(werkdagen 8.30 – 17.00
uur)
dorpsteam.sintanthonis@landvancuijk.nl

Soos: Oelbroeck,

Breestraat 1 D,
5845 AX St. Anthonis.
tel. 0485-385166.

Website:

**www.KBO-
SintAnthonis.nl**
Banknummer KBO-
St.Anthonis, IBAN
NL02 RABO
0103007326.

Woord van de voorzitter.

Het nieuwe jaar is alweer begonnen, wat betekent dat we weer heel wat uitdagingen hebben. De vragen die je kunt stellen zijn: "hoe zal het gaan met onze gezondheid?", "Hoe zijn de financiële verwachtingen voor dit jaar?", "Hoe hoog zal de energierekening worden?". En zo is er voor iedereen wel iets te vinden.

Wij als bestuur van de KBO hebben voor dit jaar in ieder geval veel op ons bord liggen in verband met de veranderingen die er aankomen. Dit kunnen we ook maar alleen doen door samen te werken en te luisteren naar de omgeving waar we ons in bevinden.

En dan nog dit. Hoe ouder ik word, hoe meer ik beseft dat de dingen in het leven die niets kosten, het meest waardevol zijn

Jan Lamers.

Nieuwe leden.

Ons nieuwe lid heten we hartelijk welkom.



Jarigen.

Wij wensen de jarigen van harte proficiat en een gezellige verjaardag.

Voorjaarsvergadering 2023.

De voorjaarsvergadering van onze KBO zal gehouden worden op **maandag 6 maart a.s.**

In de volgende Nieuwsbrief meer informatie hierover. Noteer in elk geval deze datum op de kalender!

Kienen KBO.

Op donderdag 9 februari 2023 is het weer kienen in Oelbroeck 14.00 uur tot 16.30 uur.

Tijdens (leden-)bijeenkomsten van onze vereniging worden mogelijk foto's gemaakt die in onze Nieuwsbrief en/of onze website worden geplaatst.

Overleden.

Wij hebben afscheid moeten nemen van:

-17 dec: mevr. H. M. (Lena) Verstegen – Gerrits, Paulusstraat 2, 83 jaar;

Wij wensen de familie veel sterkte.

Vraagbaak: meedenken en meedoen.

Leden mogen in deze rubriek zelf oproepen plaatsen.

Informatie bij Maria Brandts: tel. 0485-385502/06-27593519 of mail mariabrandts1944@gmail.com

Oproep 1. Start Klik & Tik computercursus Hobbycentrum Oelbroeck

Het Hobbycentrum gaat in samenwerking met BiblioPlus een cursus Klik & Tik opstarten. Wil je graag meer met de computer doen, maar weet je niet goed hoe het werkt? Dan is 'Klik & Tik. De basis' iets voor je. Daarnaast wordt ook de onlinecursus 'Klik & Tik. Het internet op' aangeboden. Dit programma leer je beter gebruik te maken van de mogelijkheden van internet. Beheers je de basisvaardigheden, dan kun je de cursus 'Klik & Tik. Samen op 't web' volgen. Hierin staat sociale media als Facebook en Twitter centraal. Of de cursus 'Klik & Tik. Veilig online', waarin je meer leert over internetfraude en waar je op moet letten om veilig te kunnen internetten. Maak je gebruik van een tablet, dan zijn er ook cursussen voor iPad en Android.

Het doorlopen van een cursus duurt, afhankelijk van je eigen snelheid, gemiddeld zes tot acht bijeenkomsten. Er is sprake van een instapsysteem, bij 6 deelnemers is de groep vol. Bij een groter aantal geïnteresseerden hanteren we een wachtlijst.

Locatie; Hobbycentrum Oelbroeck Start; vanaf week 3, dinsdag 17 januari, daarna in de oneven weken. Tijd; 9:30 – 11:30 uur.

Kosten; voor BiblioPlus-leden € 25,-, voor niet-leden € 35,00. Wat krijg je hiervoor:

-cursusboek

-cursusbegeleiding

-gebruik laptop tijdens cursus

-inlogcode en gebruikersnaam voor jaar lang gebruik en verschillende cursussen

-gratis lidmaatschap SeniorWeb t.w.v. € 36,00

Deelnemer worden van het Hobbycentrum Sint Anthonis is niet nodig en er is geen leeftijdsbeperking.

In het voorjaar gaan we ook starten met cursussen i.s.m. SeniorWeb, mits daar voldoende animo voor is.

Opgeven is mogelijk via digicursussa@gmail.com of bij de bibliotheek/receptie Oelbroeck.



Oproep 2. Bewegen voor Senioren

Op maandag 30 januari a.s. om 11.00 uur willen wij van de KBO, in samenwerking met Betty Loeffen uitleg geven over “bewegen voor ouderen” en dit vervolgens weer opstarten. Dit doen we mede namens Welzijn Ouderen Sint Anthonis en wij willen graag zoveel mogelijk senioren bereiken. Hier krijgen we van de gemeente ook subsidie voor. Dus hoe meer mensen eraan meedoen hoe lager de eigen bijdrage wordt maar wat nog belangrijker is, het is ook gezond.

Mocht u belangstelling hebben voor deze activiteit dan bent u van harte welkom of mail naar kbo.sintanthonis@gmail.com.

Oproep 3. Carnavalsmatinee 50+ ! “Eten van ’t vèrke”

Op veler verzoek organiseert D’n Uutlaot in samenwerking met KBO Sint Anthonis een carnavalsactiviteit voor alle 50-plussers! Maar ook alle andere Zeikmeiken die er graag komen, zijn welkom.

Op carnavalsmaandag 20 februari wordt vanaf 14.00 uur in Oelbroeck de Carnavalsmatinee 50+ gehouden die als thema heeft: “Eten van ’t Vèrke”.

Een ouderwets gezellige middag met muziek van DJ Henri Pennings en optredens van eigen bodem. En er mag natuurlijk gedansd worden! 😊

Ook aan de inwendige mens wordt gedacht. In de loop van de middag wordt er een buffet gepresenteerd met goei gerei van ’t Vèrke, ouderwetse erwtensoep, wèrm vleisch met brood waarmee de maag goed wordt gevuld.

De entree voor deze middag inclusief eten bedraagt slechts € 15,00. Kaartjes voor deze mooie middag kunnen worden gekocht bij de Dorpshop en bij de balie van Oelbroeck. Je kunt kaarten kopen tot vrijdag 10 februari 2023. Wees er snel bij, want er is maar een beperkt aantal plaatsen beschikbaar en: vol is vol!

Oproep 4. Valpreventie, Bewegen, Voeding en Gezondheid.

Welzijn Ouderen Sint Anthonis organiseert in samenwerking met de plaatselijke KBO-afdelingen voor alle ouderen (55 jaar en ouder) een informatiemiddag met de onderwerpen: Deze middag vindt plaats in MFC Oelbroeck in Sint Anthonis op 23 februari 2023 en begint om 13.30 uur.

Waarom een informatiemiddag over Valpreventie, Bewegen, Voeding en Gezondheid?

De reden is dat we als ouderen steeds langer thuis blijven wonen en deze vier thema’s belangrijk zijn om dit te kunnen verwezenlijken.

Enkel feiten ten aanzien van vallen. (Bron: CBS)

Als je naar de Nederlandse cijfers kijkt is er elke 5 minuten een valincident. De meeste valincidenten zijn in huis (44%) en op straat (10%). Van de 65 jarigen valt per jaar 1 op de drie. Van de 75 jarigen valt gemiddeld de helft per jaar. Men ziet ook steeds meer problemen bij senioren met botbreuken en kneuzingen en daar kan een cursus Valpreventie bij helpen. Ook Bewegen, Voeding en Gezondheid zal daar zeker bij helpen.

Wat u kunt verwachten is dat u informatie krijgt over de cursus Valpreventie, wat deze cursus inhoudt en de duur van de cursus. Deze informatie wordt u gegeven door Ronald Korsten, fysiotherapeut uit Sint Anthonis.

Waar worden de trainingen gegeven en natuurlijk ook belangrijk: wat wordt er vergoed door de zorgverzekering. Ook krijgt U informatie over Bewegen, Voeding en Gezondheid.

Wij hopen op een grote opkomst en staan klaar om u op 23 februari te verwelkomen

Verslagen.

Oproep 5. Winterwandeling.



Op 14 februari houden we onze winterwandeling in **Stevensbeek bij de Radioplassen**

Deze recreatieplassen bij de Radiobossen in Stevensbeek zijn ontstaan door zandwinning en zijn geschikt voor hengel- en watersport. Rond 1950 stond in deze bossen een steunzender voor de radio, vandaar de naam.

Bij de visvijver en natuurvijver zijn regelmatig veel bijzondere vogels te zien. De plassen zijn omgeven door mooie bosgebieden, wandelpaden en strandjes.

We vertrekken om 9.10 u vanaf het parkeerterrein bij Markant naar de startplaats. Je fietst/rijdt via de Stevensbeekseweg naar het begin van het dorp Stevensbeek, waar je na het gesloten café linksaf gaat. Dan is de eerste weg links de Ceresstraat. Wil je met de fiets, dan vertrek je iets eerder. Als fietsers samen willen fietsen, dan even bij Markant op elkaar wachten.

De Radioplassen zijn gemakkelijk te bereiken. Bij huisnummer 28 is de toegang naar de Radiobossen.

Er is parkeergelegenheid in de Ceresstraat langs de weg of achter het dorpshuis het Stekske niet ver van de toegang naar het gebied van de Radioplassen. Hier is een verhard wandelpad voor de groep, die rustiger wandelen. De snellere wandelaars wandelen ook een deel van de route over zandweggetjes.

Een uur later zijn we allemaal terug bij de toegangspoort.

Vandaaruit vertrekken we naar het adres van "Theehuys Ons Truuske" waar we ons kunnen warmen aan heerlijke Snert.

Neem € 3,50, mee om de soep en brood met Katenspek te betalen.

Opgeven is nodig, want de kok wil graag weten hoeveel soep er gekookt moet worden. Bel even naar Theo, tel. 381524 of Gertie tel. 382581 vóór 6 febr.

Geef door of je met de fiets of met de auto gaat en of er dan iemand mee mag rijden. Bij voorbaat dank. Meerijden: dan graag € 1,50 aan de chauffeur geven. **Bij regen doe je een regenjas aan, of je neemt een paraplu mee.** Belangstellende wandelaars zijn welkom maar, dan wel aanmelden via de hierboven vermelde telefoonnummers.

Tot 14 februari!

Groetjes, Theo en Gertie

Oproep 6. Leuke uitjes.

Graag horen wij van u of er leuke uitjes zijn, die wij als Actie-Werkgroep Voor onze leden zouden kunnen organiseren.

Oproep 7. Films met een lekker “bekske” in Oelbroeck

Met medewerking van Biblioplus en Sociom worden er 4 films gedraaid in Oelbroeck. De eerste film “Sorry ,we missed you” is al op 19 januari gedraaid.

Er volgen nog 3 films op de donderdagen :

Op 16 februari is de film Dialogue avec mon Jardinier

Op 19 oktober is de film Capharnäum

Op 16 november de film The SyrianBride.

In Trots Sint Tunnis van januari kunt u er meer over lezen.

U kunt zich opgeven via de mail

Toegangskarten zijn alleen vooraf te reserveren via: biblioplus.nl/agenda of een email te sturen naar joschristiaans@home.nl met uw aanmelding en naam.

U betaalt € 7,50. Betaling contant aan de zaal.

Koffie of thee vooraf of na de filmbespreking.

U kunt ook de digitale flyer aanvragen.

U kunt ook de flyers bij biblioplus ophalen.

Het aantal tickets is beperkt, dus boek snel je kaartjes en zorg dat je erbij bent.

Aanvang 14.00 uur, inloop vanaf 13.30. MFC Oelbroeck, Breestraat 1D-zaal 2

Na afloop van de film is er een gezamenlijk een nabespreking. U bent vrij om daar aan deel te nemen.

Oelbroeck spreidt zijn vleugels uit!

Wist U dat:

- Er bij Oelbroeck een heuse reparatiewerkplaats en een naaiatelier is, waar u vanaf 7 februari elke 14 dagen in de oneven weken terecht kunt tussen 9 en 12 voor al uw kleine reparaties.
- Er bij Oelbroeck een receptie is, die van maandag tot en met vrijdag is geopend tussen 9 en 17 uur. Hier kunt u terecht voor al uw gemeentelijke vragen zoals: welke verenigingen er zijn, hoe laat de bussen vertrekken, vragen over het Hobbycentrum, de aanwezigheid van Sociom en vragen over de WMO. De receptie is ook telefonisch bereikbaar via 0485 -385166.
- Er sinds 1 september een Hobbycentrum is, waar u zich kunt aanmelden voor het beoefenen van diverse soorten hobby's, zoals kaarten maken, quilten, glas in lood, schilderen en tekenen. Nadere informatie kunt u vinden op Samen Sint Anthonis of op de website van Oelbroeck.
- Er maandelijks een workshop wordt georganiseerd vanuit het Hobbycentrum, op 8 december is er een workshop “Kerstfestoen maken” gepland en in januari start er een workshop “Zelf leren klussen”.
- Oelbroeck een hele mooie, gezellige ontmoetingsruimte heeft waar iedereen terecht kan voor een kop koffie en thee of een drankje en het lezen van de krant of een tijdschrift. De “ontmoeting” is elke dag geopend van 9 uur tot 22 uur.

Vergeet het niet.

Stuur een kaartje naar ons secretariaat: bij huwelijksjubileum, verhuizing of overlijden. Niet altijd zijn wij hiervan op de hoogte. Het is vervelend als wij iemand zouden vergeten. Bij huwelijksjubileum graag uitdrukkelijke toestemming voor melding in onze Nieuwsbrief.

Voor een **oproep in de Vraagbaak** bel of mail Gertie Fransen: tel. 382581, e- mail: gertie.fransen@ziggo.nl

Rijbewijs verlengen: De keuringsleeftijd is 75 jaar. Begin 6 mnd. voor de einddatum van uw rijbewijs. U kunt kiezen uit de volgende mogelijkheden:

1. Dokter Peelenstraat 6 (Klooster Elsendael). Om de 2 weken op vrijdag. Kosten: € 50,00. Afspraak maken: online via: www.voor-keur.nl. Geef bij "Keuringen" uw postcode in.
2. De Raetsingel 1 (de Weijer), op de 3e maandag van de maand, Afspraak maken via 0485-574919, kosten € 40,00 en contante betaling. Voorlopig alleen 75+ keuringen voor "klein" rijbewijs.

Opzegging lidmaatschap:

Bericht van opzegging van het lidmaatschap van KBO-Sint Anthonis dient schriftelijk ingeleverd te worden bij Leo van Els, Zandseveldweg 3, 5845 CG St. Anthonis, tel. 06-24466904.

De ingangsdatum van de opzegging is altijd 31 december van het lopend jaar.

Gezondheidsprogramma's op radio Land van Cuijk.

Elke donderdag en/of vrijdagmorgen om 11.10 uur op **94.0 FM of radio via de kabel 87,5 Mhz.**

Vrijwillige Thuishulp:

Een vraag kan alleen 's morgens worden doorgegeven vóór half 12. Één of twee dagen van te voren doorgeven. Telefoon: 0485-820993.

Ledenwerving:

Komen er nieuwe senioren bij u in de buurt wonen, laat het weten aan Leo van Els, tel. 06-24466904. Hij zorgt ervoor dat zij een ONS, Nieuwsbrief en informatie van KBO-Sint Anthonis krijgen.

Bloedprikken.

Voor de afspraak bloedprikken in Oelbroeck kan men het beste het Maasziekenhuis 0485-845000 bellen en vragen of zij even die afspraak regelen voor Sint Anthonis.

De volgende Nieuwsbrief komt uit op 1 maart.

Carnavalsmatinee 50+.

Carnaval is van oorsprong een gekerstend heidens volksfeest.

Het valt binnen de christelijke traditie op de zondag, maandag en dinsdag direct voorafgaand aan de vastentijd van 40 dagen.

In Nederland wordt het van oorsprong alleen door katholieken gevierd, voornamelijk in het zuiden en delen van het oosten. Ook in België en het katholieke Rijnland in Duitsland wordt uitbundig carnaval gevierd. Carnaval is bij uitstek het feest van zotheid, spot en uitbundigheid. Inmiddels is het in verschillende plaatsen in Nederland een gebruik om carnaval op carnavalsvrijdag te openen.

Op Aswoensdag wordt carnaval afgesloten, maar de tradities verschillen per regio.

Ook in St. Tunnis zal carnaval niet onopgemerkt voorbijgegaan.

U hebt het in deze Nieuwsbrief gelezen: Er is weer een Carnavalsmatinee 50+ !_“Eten van 't vèrke”

Op carnavalsmaandag 20 februari wordt vanaf 14.00 uur in Oelbroeck de Carnavalsmatinee 50+ gehouden die als thema heeft: “Eten van 't Vèrke”.



Carnaval.

**Ik ga dit jaar
als verkleed-
me-nietje.**

Standa

Prettige Carnaval

Alaaf - Alaaf - Alaaf - Alaaf



Carnaval

er is geen aangenamer val
dan een carnaval
je valt namelijk naar boven
het is een val in de blijheid

het duffe snoer
dat je bindt
aan het monotone
springt kapot

je vat een pint
je vat er twee, drie, vier
je vat een vat
en de sleur heeft geen vat meer op je

het spettert muziek
in de smalle straten
het regent zoenen
in het warme café

je danst, je doet, je dartelt als een kind
je bent zigeuner of prins
potkachel of schemerlamp
en je bent... jezelf

je ontdekt de zin van de onzin
en als je niet oppast
heb je zodra de vasten begint
vaste verkering

ik heb na dit carnaval
zo'n bierlucht in mijn jekker
die snuif ik telkens op
en denk: wat was dát lekker!

Toon Hermans.