

Nieuwsbrief NOVEMBER 2023

Voorwoord van de voorzitter.

Beste mensen, het gaat snel in een dorp als Sint Anthonis en iedereen weet dat ik mijn huis te koop heb staan. De vraag is nu wat gaat hij doen? Voor mij prettig dat ik nog wat aanbiedingen heb gekregen om leuke dingen te doen maar voor de KBO denk ik minder omdat ik ga stoppen als voorzitter. We gaan een opvolger zoeken wat niet gemakkelijk zal zijn maar we doen ons best.

Jan Lamers

Overleden leden:

Op 20 augustus 2023 is op 83-jarige leeftijd overleden dhr. C.M. (Cor) Walraven, Ascetenstraat 9, 5845BR Sint Anthonis

Op 16 oktober 2023 is op 91-jarige leeftijd overleden dhr. A.A.(Arie) Hofmans, Alexandriestraat 51, 5845 BT Sint Anthonis

UITNODIGING: 18 december KERSTMIDDAG IN ECHTE KERSTSFEER

- 13.00 uur: Zaal open. De Kerstman heet u welkom en blijft de hele middag.
- 13.30 uur: Koffie en thee met Kerstlekkers, aansluitend een korte Najaarsvergadering.
- 14.00 uur: Entertainment door het Duo Herman en Jos met zang en muziek.
- 15.00 uur: Pauze met een drankje en lotenverkoop voor mooie prijzen.
- 15.15 uur: 2^{de} optreden van Herman en Jos. Kerstliederen worden niet vergeten.
- 16.30 uur: Heerlijk Kerstdiner met onder anderen een lopend buffet. Tijdens het nagerecht de loterij waarbij mooie prijzen te winnen zijn.
- 19.00 uur: afsluiting van de middag

Hebt u vervoer nodig, dan kunt u contact opnemen met de Vrijwillige Thuishulp.
Telefoon: 0485-820993.

Wel graag op tijd bellen, vóór het weekend!

Aankondiging:

Op **19 april 2024** gaan we met de bus naar het Europees Parlement in Brussel. Nadere bijzonderheden volgen nog. De datum ligt al vast.

Vraagbaak: meedenken en meedoen.

Leden mogen in deze rubriek zelf oproepen plaatsen.
Informatie bij Maria Brandts, telefoon 06-27593519 of per mail mariabrandts1944@home.nl

Oproep 1: KIENEN

Op donderdag **9 november** a.s. is het weer Kienen bij Oelbroeck. Aanvang 14.00 uur

Oproep 2:

Als u met uw telefoon of computer iets wilt regelen en het lukt u niet, dan kunt u op maandag van 10 uur -13.00 uur en donderdag van 14 uur – 17 uur gratis geholpen worden bij het informatiepunt. Telefoon: 0485-745035

Oproep 3: Berichtje van de KBO-Hobbygroep

Op woensdagmorgen 22 november a.s. vindt onze jaarlijkse verkoopmorgen weer plaats.

Van 9.30-11.30 uur bent u van harte welkom om onze spulletjes, zoals kaarten, knuffels, sokken, kerstspulletjes etc. te komen bekijken in de ronding van Oelbroeck.

Van de opbrengst kunnen wij weer materiaal kopen om onze deelnemers te laten handwerken.

Mocht u interesse hebben om te komen handwerken of bijarten op woensdagmorgen dan kunt u zich ook aanmelden.

U bent van harte welkom om onder het genot van een kopje koffie een bezoekje te brengen.

De hobbygroep

Oproep 4: Herhaling

Wie wil er meegaan naar de Zorgcursus voor mantelzorgers? Deze wordt gegeven door Pantein. Deze is voor iedereen die te maken heeft met zorgvragers/naasten, die ondersteuning nodig hebben bij hun persoonlijke zorg.

Er is geen speciale vooropleiding nodig voor deze cursus is gratis. Hij bestaat uit 2 dagdelen en u kunt zich aanmelden via: info@zwderegenboog.nl of bij bestuurslid Gerda Sommers. Ik ga op de donderdagen 16 en 30 november en rijd zelf naar Boxmeer. Er kunnen 3 mensen met mij meerijden en als er meer gegadigden zijn evt. samen rijden.

Mijn telefoonnummer is: 06-48627307 of mail: gerdasommers@gmail.com.

Oproep 5:

SENIOREN EXPO VELDHOVEN

Herhaling: **Vrijdag 19 januari 2024 te Veldhoven** Herhaling:

Welzijn Ouderen Sint Anthonis heeft ook dit jaar besloten om gezamenlijk met de bus naar de Senioren Expo te gaan in Veldhoven.

Na 19 succesvolle edities wordt in 2023 de 20^{ste} editie van de "Senioren Expo Brabant" georganiseerd.

De combinatie van een complete huishoudbeurs, een informatiemarkt en optredens van orkesten, koren en artiesten zijn al vele jaren een succes te noemen.

De reiskosten (incl. entreebewijs) bedragen voor dit jaar slechts € 10,00 per persoon.

Opstapplaats: **Sint Anthonis** bij MFA Oelbroeck om 9.00 uur

De terugreis vanuit Veldhoven is om 15.00 uur, dus we zijn rond de klok van 16.15 uur weer terug in Sint Anthonis.

U kunt zich opgeven door het bedrag van € 10,00 per persoon over te maken op banknummer NL53 RABO 0318 0473 57 t.n.v. Stichting Welzijn Ouderen Sint Anthonis, dit onder vermelding van Senioren-Expo 2023 en uw naam/namen.

De uiterste opgavedatum is 29 december a.s.

Houd uw bankrekening in de gaten. Als u niet meer mee kunt omdat de bus vol is, dan wordt uw bijdrage door ons naar u teruggeboekt.

Welzijn Ouderen Sint Anthonis en KBO-Sint Anthonis

Oproep 6:

SAMEN SOEPEN TEGEN DE EENZAAMHEID IN OELBROECK

In het kader van de week tegen de eenzaamheid hebben de vrijwilligers van de KBO samen met Oelbroeck op dinsdag 3 oktober weer een middag **SAMEN SOEPEN** georganiseerd.

Meer dan 70 deelnemers hebben onlangs al kunnen genieten van heerlijke pompoensoep met brood en boter, die op deskundige wijze door Piet Driessen en de vrijwilligers was bereid.

Om een gezellige sfeer te creëren werd dit gebeuren opgeluisterd met accordeonmuziek en er werden nostalgische liederen gezongen door de Wiel van Loosbroek. Natuurlijk hoorde er een lekker kopje koffie bij met heerlijke cake, geschonken door bakker van de Ven waar we ook het lekkere brood van hebben gekregen.

Daarnaast konden de dansliefhebbers nog aan hun trekken komen met een dansje, en zo werd deze middag weer een gezellig ontmoetingsfeest, maar ook een mooie gelegenheid om elkaar beter te leren kennen.

Want dat is de bedoeling van zulke middag. Om de eenzaamheid te doorbreken is het een goede zaak dat men zoveel mogelijk aan allerlei activiteiten gaat deelnemen. Deze activiteiten worden georganiseerd door de KBO en Oelbroeck.

Hopelijk is door de inzet van de vrijwilligers deze middag hierin geslaagd.

Geschreven door twee dames van de KBO

Oproep 7:

Beste wandelaars van de KBO-wandelclub op dinsdag 7 nov. 2023



Herfstwandeling .

De herfst nodigt ons uit om met de wandelgroep te gaan wandelen in Overloon.

Geef even door voor 7 november a.s. of je meegaat met de fiets of met de auto en hoeveel personen met je mee mogen rijden?

We verzamelen om 9.00 uur op het parkeerterrein tegenover Markant. Kom allemaal naar het parkeerterrein, zodat we weten dat iedereen vertrokken is.

We vertrekken naar Overloon waar we een uitgezette route wandelen.

Doe goede dichte wandelschoenen aan.

Wil je met de fiets gaan, dan heb je wat meer tijd nodig om op tijd daar te zijn. voorstel 9.00 uur vertrek en met de auto 9.15 uur.

Route naar Overloon: via Stevensbeek naar Overloon. Op het plein bij het oorlogsmuseum parkeren we de auto's en de fietsen.

De groep die door het bos loopt gaat mee met Theo. De groep die over de weg wandelt gaat mee met Gertie.

We komen een uur na de start terug op het plein. Rond 10.30 uur zijn we weer terug bij het startpunt.

Vrienden of familieleden mogen mee komen wandelen. Geef dat wel even door aan Theo of Gertie. Iedereen is welkom.

We gaan koffie of thee drinken bij Museumzicht. Dit is geen verplichting, U bent vrij om te kiezen. De kosten zijn voor je zelf.

Voor informatie en opgave mag u Theo Jonkers bellen: tel. 06-11422124 of Gertie Fransen. Tel 382581 of 06-24194713 of mail naar Gertie: gertie.fransen@ziggo.nl

Bij slecht weer wordt de wandeltocht een week later op 14 nov. gehouden

Gezondheidsmarkt op 28 oktober in Oelbroeck van 14 tot 17 uur

Zoals inmiddels bij veel inwoners van Sint Anthonis bekend, organiseert Oelbroeck in samenwerking met de dorpsraad de "Maand van de Positieve Gezondheid". De start is tot nu toe een groot succes gebleken met op 2 oktober een lezing door een deskundige op het gebied van positieve gezondheid. Meer dan 250 aanwezigen woonden deze avond bij.

Oktober “Maand van de Positieve Gezondheid” wordt afgesloten met een **gezondheidsmarkt op 28 oktober tussen 14 en 17 uur**. Tijdens deze markt presenteren zich 40 organisaties die allemaal actief zijn op het gebied van gezondheid, welzijn, zorg en sport. Ook de huisartsen en de apotheek zijn vertegenwoordigd. Zij geven informatie over heel veel zaken rondom gezondheid en ziekte en informeren de bezoekers vooral over hoe klachten te voorkomen door een gezondere leefstijl. Geïnteresseerde gasten kunnen ook een gratis glucosetest laten doen. Een toenemende groep mensen krijgt namelijk o.a. door overgewicht last van suikerziekte.

Maar er zijn nog veel meer organisaties die meedoen, zoals de EHBO vereniging met een demonstratie, een yogadocent en er wordt informatie gegeven over de workshop “Pluim voor je hart”. Wat dit laatste betreft, het is algemeen bekend dat hartproblemen kunnen ontstaan door langdurige stress. Met speciale ontspanningsoefeningen blijkt het toch mogelijk te zijn stress te verminderen. Daarnaast zal Gym Tunnis “Fitter in 24” presenteren, een leefstijlprogramma dat kan helpen om persoonlijke gezondheids- en sportieve doelen te bereiken.

Naast de gezondheidsmarkt attenderen we onze inwoners er ook op dat er op **11 november een Open Route is tussen 14 en 17 uur**. Een aantal van bovengenoemde deelnemers stellen dan hun praktijk, vereniging of organisatie open voor belangstellenden. Zo kan iedereen ter plekke zien wat de mogelijkheden zijn en bovendien worden er dan ook diverse demonstraties en workshops gegeven. Duvaria organiseert bijv. een loop clinic en voetbalclub DSV introduceert het zogenaamde Walking Football. Het beweegpark in Sint Anthonis worden open gesteld zodat iedereen ook nog wat gezonde oefeningen kan doen. Op diverse plaatsen in Sint Anthonis en tijdens de gezondheidsmarkt op 28 oktober worden flyers uitgedeeld, waarop iedereen kan zien wie deelneemt aan de op route en waar hun vereniging, praktijk of organisatie te bereiken is.

Werkgroep Positieve Gezondheid en KBO-Sint Anthonis

Verslag van de Fietstocht naar Keent op 23 aug.

Prachtig weer....de zon stond hoog aan de hemel. Om 10 uur vertrokken we vanaf het parkeerterrein bij Oelbroeck.

We fietsten via Ledeacker, Wanroij en Sint Hubert naar Mil. Vervolgens via wat mooie omweggetjes door het stadje Grave naar de haven aan de Maas.

Daar pauzeerden we en wij aten een boterham en keken naar de bezigheden in de haven. Leuk om te zien.

Vervolgens stapten we daarna weer op de fiets en kozen voor de route naar de Maas. We vervolgden onze route via de dijk naar Keent.

Prachtig is daar het uitzicht over de uiterwaarden. Hier was het wel even opletten, want af en toe passeerden ons ook groepen fietsers en een enkele tractor. Bij het bord De Keent, fietsten we van de dijk af de uiterwaarden in.

Prachtige uitzichten op de koeien met grote hoorns en 2 dikbilkoeien. Er staan nog maar enkele boerderijen. Iemand vertelde 9 stuks.

Ons eindpunt was de Keentboerderij, waar we op bezoek gingen en het “Museum” binnen bekeken. De zoon van de vroegere eigenaar, die gestopt was, vertelde over alle veranderingen, die er hadden plaatsgevonden

Het was een aantal jaren geleden dat we hier ook eens waren. Op het terras buiten genoten we ook nu weer van koffie met appelgebak.

De weg terug ging via een andere route. We zagen nu meer van de maas, die daar verlegd is. We kwamen door Overlangel, De Reek en kwamen uit bij de weg van Grave naar Den Bosch. Wij staken de weg over en fietsten hier een lange weg door de bossen richting Langenboom. Midden in de bossen zagen we een vijver, waar schoolkinderen een feestelijke middag hadden. Leuk om te zien. Vanaf Langenboom fietsten we naar Mill, Wanroij en door de staatsbossen naar St. Tunnis, waar we de dagtocht afsloten bij de blokhut van de scouting: De Hoefse Hut met applaus en met dank aan Bert en Gerda Ermers. Het was een heerlijke fietsdag! We hebben erg genoten!

Gertie Fransen

Walking Football DSV

Wanneer: 11 november tijdens de Open Route. Waar: Sportpark de Laan

Tijd: Tussen 14:00uur en 17:00uur. Potentiële trainer: Daniël Ohloululin

Bekendmaking moet gaan gebeuren via de Trots Sint Tunnis, website DSV, Welzijn Ouderen Sint Anthonis en KBO Sint Anthonis. Ook kan ik Riny benaderen voor de vrijwilligers. Flyeren bij DSV.

Anmelden kan tot woensdag 8 november.

Heeft u al eens eerder gehoord van Walking Football? Een nieuwe voetbalvorm voor ouderen die graag de sportschoenen aantrekken en op een veilige en verantwoorde manier willen voetballen.

Op zaterdag 11 november vindt de eerste Walking Football proeftraining plaats bij DSV Sint Anthonis. We starten om 13:30 uur met een uitleg van de sport en gaan daarna sportief



aan de slag. Maak vrijblijvend kennis met deze nieuwe sport en ontdek of het bij u past!



ZATERDAG
11 NOVEMBER



13:30 -
15:00 UUR



SPORTPARK DE LAAN
SINT ANTHONIS

Wilt u kennismaken met deze nieuwe sport? Meld u dan aan via:

walkingfootball@svdsv.nl. Voor overige vragen kunt u contact opnemen met Lars

Veldpaus via: 06 16 15 20 88

