

Beste KBO leden.

Wij als bestuur hebben onze eerste bestuursvergadering er alweer op zitten en natuurlijk hebben wij ook het afgelopen jaar geëvalueerd. Een jaar waarin we na 2 jaar corona weer allerlei dingen hebben kunnen organiseren. Dat was weer erg fijn en we hebben het met veel plezier gedaan. Ook voor het komende jaar hebben we al wat op de planning staan. De carnaval staat weer voor de deur en ook carnavalsvereniging "De Peelleuters" heeft aan de ouderen gedacht.

Op **zondag 5 februari** kunt u op de koffie komen bij de prins. Dit in de ontmoetingsruimte in de Kievitshof.

Op **zaterdag 11 februari** is het altijd gezellige 50+ bal. Hier krijgt u ongetwijfeld meer informatie over via de carnavalsvereniging. Houdt u dus het Wanroij's nieuws goed in de gaten.

Dan onze KBO-activiteiten:

Zoals we het afgelopen jaar ook al gedaan hebben gaan we ook dit jaar weer door met het gezamenlijk eten op de **laatste vrijdag van de maand**. Contact persoon Leny arts.

Tel: 06-372 883 30 of 0485-478 563

Op **20 februari** (carnaval maandagochtend) komt Wiel van Loosbroek de ochtend opluisteren met zijn accordeon. Altijd gezellig. U bent van harte welkom van 10.00 uur tot ong. 12.00 uur. Wij vragen een eigen bijdrage van € 3,00. Daarvoor krijgt u 2 kopjes koffie/thee met iets lekkers erbij en 1 consumptie. Mocht u meer consumpties willen gebruiken dan zijn die voor uw eigen rekening.

Met uw goedvinden incasseren wij dit bedrag automatisch van uw rekening.

Op **23 maart** houden wij onze algemene ledenvergadering. Hierover krijgt u meer informatie in de volgende nieuwsbrief, maar u kunt de datum alvast op de kalender zetten.

Wel willen we het volgende alvast onder uw aandacht brengen:

Hilda heeft aangegeven dat zij wil stoppen als bestuurslid omdat het toch moeilijk is om dit met haar werk te combineren.

DAAROM ZIJN WE ZEER DRINGEND OP ZOEK NAAR NIEUWE BESTUURSLEDEN.

Het is al heel fijn dat Daniëlle Arts de administratie doet, daar zijn we echt ontzettend blij mee maar er blijven nog veel taken over. Als die taken over meerdere bestuursleden verdeeld kunnen worden wordt het voor de huidige bestuursleden veel makkelijker.

Dus beste leden: **denk hier eens goed over na en kom ons versterken.**

Op **woensdagmorgen 19 april** gaan we op excursie naar bakkerij museum Arts in Ottersum. We worden daar om 10.00 uur verwacht en de onkosten daarvoor zijn €10,00 plus de onkosten voor de auto waarin u mee gaat.

Afgelopen zomer ben ik er geweest en ik kan u dit van harte aanbevelen. Wat kan de bakker vertellen, schitterend. We gaan met eigen vervoer. In de volgende nieuwsbrief meer informatie, maar mocht u zich alvast op willen geven dan kan dat uiteraard ook.

We zijn ook bezig om een stadswandeling door Grave te organiseren onder leiding van een gids. De oude stad Grave is echt de moeite waard om die te bezichtigen. Dit gaan we in het voorjaar doen wanneer de kans op mooi weer wat groter is. Ook hierover later meer.

Het maken van een paasstukje staat ook op het programma. Dit gaan we uiteraard kort voor Pasen doen o.l.v. Martha Willems.

Vanuit Stichting Welzijn Ouderen Sint Anthonis is ons gevraagd het volgende onder uw aandacht te brengen. Zij organiseren op **donderdag 23 februari** een middag over valpreventie, bewegen, voeding en gezondheid. De middag wordt gehouden in MFA Oelbroeck en begint om 13.00 uur. Dit belooft een heel interessant middag te worden. Wat cijfers voor u op een rijtje.

Wist u dat:

- Er elke 5 minuten een valincident is?
- De meeste valincidenten (44%) in huis en (10%) op straat gebeuren?
- Dat van de 65-jarigen per jaar 1 op de drie vallen en van de 75-jarigen de helft valt?

Men ziet ook steeds vaker botbreuken en daar kan een cursus valpreventie zeker bij helpen, evenals bewegen, voeding en gezondheid daarbij kan helpen.

Wat kunt u verwachten?

U krijgt informatie over valpreventie, wat een cursus valpreventie inhoudt, de lengte van de cursus, waar deze gegeven wordt en ook zeer belangrijk, wat er vergoed wordt.

Ook krijgt u informatie over bewegen, gezonde voeding en gezondheid.

De valpreventie zal gegeven worden door fysiopraktijk Ronald Korsten. Wie de overige thema's gaat verzorgen is op dit moment bij ons nog niet bekend. Omdat dit voor alle ouderen wordt gegeven vindt u te zijner tijd hier meer informatie over in b.v. het Wanroij's nieuws en de huis aan huis krant. Houdt dit dus goed in de gaten als u hier interesse voor hebt.

Dit was het weer voor deze maand.

Het bestuur van KBO Landhorst wens u een fijne februari en een gezellige carnaval.

Vergeet a.u.b. niet na te denken over de aanvulling van ons bestuur.

Wij hopen u graag te zien op een van onze activiteiten.

**Secretariaat van KBO Landhorst vindt u op Scheperstraat 4 (Marij Emons)
tel: 06-23816984. of e-mail: info@kbo-landhorst.nl**