

Redactie: kbo.waalre@gmail.com

Nieuwsblad



Bestuursbesluiten:

Voor de meest actuele nieuwsberichten zullen we de email gebruiken en u verwijzen naar de website van onze vereniging die u kunt vinden op <https://www.kbo-waalre.nl/>

Ieder jaar na de Algemene Ledenvergadering is het redelijk rustig in onze vereniging. Maar de uitstapjes en activiteiten worden nu volop georganiseerd. Lees maar eens hierna. Veel leesplezier.

Leden die vóór 1 mei hun belastingformulier moeten invullen kunnen een beroep doen op 2 belastinginvullers, zijnde Rutger Gerrets tel 0628944543 of Toon van Dijsseldonk, tel: 0655120784. Het uitgebreide digitale Nieuwsblad van de vereniging ontvangt u

op of na dinsdag 29 april via uw mail.

Het **volgende Nieuwsblad** verschijnt op **dinsdag 27 mei 2025**

Mocht u ook iets willen schrijven lever dan uw kopij in vóór 20 mei 2025 a.s. via email:

kbo.waalre@gmail.com of lever het in op het redactie adres: De Kavelen 4, 5581 TM Waalre.

Activiteiten april en mei

Maandag 12 mei; Samen Fietsen (i.p.v. 5 mei)

Dinsdag 13 mei; Samen eten in het Klooster

Dinsdag 20 mei; Blijf mobiel voorlichting; Zie informatie hieronder

Donderdag 22 mei; Uitstapje Achelse kluis + gids en rondleiding in een koets (Jan van Barschot Tel: 0647 96 85 16)

Dinsdag 3 juni; Gezond bewegen + valpreventie 14:00 uur in het Klooster (Zie hierna)

Dinsdag 17 juni; Optreden van de Wolderse 'De Bent'; 14:00 uur het Klooster, Leden betalen € 5,- en niet leden € 7,50. Inschrijven vooraf. (Nadere informatie in het mei nummer).

Donderdag 19 juni; Uitstapje naar kasteel Heeswijk-Dinther

Elke 1e en 3e maandag van de maand; 13:30 uur; **Kaarten** in het Klooster en elke 2e en 4e maandag van de maand 13:30 uur; **Koersbal** in het Klooster.

Blijf Mobiel

Wil je leren reizen met het openbaar vervoer? Of ben je onzeker omdat je lang niet meer met de bus of trein hebt gereisd? Kom dan op **dinsdag 20 mei** naar de Blijf Mobiel-bijeenkomst in het Klooster in Waalre. De bijeenkomst is van 14.00 uur tot 16.00 uur en is gratis. Wij organiseren dit samen met de bibliotheek.

Nadere informatie vindt u op <https://eindhoven.op-shop.nl/1919/blijf-mobiel-bijeenkomst>

Valpreventie

Op dinsdagmiddag 3 juni organiseert de seniorenvereniging Waalre, in samenwerking met verschillende fysiotherapiepraktijken en de gemeente, een gezellige en leerzame middag voor haar leden.

Valpreventie

Iedere 5 minuten belandt er een 65-plusser op de Spoedeisende Hulp na een valongeval. De gevolgen van een val zijn enorm. Het heeft veel impact op de zelfredzaamheid van ouderen, het langer thuis kunnen wonen en de kwaliteit van leven. In Waalre wordt het percentage inwoners van 65 jaar en ouder met een verhoogd valrisico geschat op 48%. Daarom starten we de middag met een voorlichting over vallen en valpreventie.

Aan de slag!

Na de voorlichting gaan we samen in beweging! Er is een leuke beweegactiviteit, waar iedereen aan mee kan doen op zijn eigen niveau. En je kunt je valrisico laten testen. Hierdoor krijg je meer inzicht in wat je kunt doen om je kans op een val te verkleinen. We zullen afsluiten met een advies waardoor je kunt blijven werken aan het voorkomen van een val, maar ook aan je vitaliteit.

Het wordt een waardevolle middag waarbij jij meer leert over valrisico en hoe je dat



kunt voorkomen. Maar waarbij je ook lekker kunt bewegen, want dat is voor iedereen goed om langer vitaal te blijven. Kom jij ook?

“Samen Eten” in “het Klooster”

Op dinsdag 13 mei 2025 bent u weer van harte uitgenodigd voor het samen eten in het Klooster. Vul daarvoor het onderstaande keuze-menu in, compleet met uw naam en telefoonnummer. Doe het formulier in een enveloppe samen met een bedrag van €15,- per persoon. Graag deze enveloppe inleveren vóór maandag 5 mei 2025 bij (alleen) één van onderstaande adressen: Theo Wouters, Willibrordushof 7, Joop. v. Bakel, Wollenbergstraat 19 of Hans v. Greunsven Loonderweg 37.

Let op: Als U zich al heeft ingeschreven tijdens het diner van 8 april 2025 is het natuurlijk niet nodig om dit te herhalen.

Op deze middag wordt er korteen inleiding gehouden over de activiteit ‘Gezond bewegen’, welke staat gepland voor 3 juni.

Graag tot ziens op *dinsdag 13 mei 2025 om 12:00 uur in het Klooster* aan de Hoogstraat.

Naam:

Betaald: € 15,- / € 30,=

Adres:

Telefoon: 040 - 06

Menu keuze:

Aspergesoep

of Kervelsoep

Zalmfilet met gemengde groenten en puree

of

Nasischotel en kipsaté

Yoghurt met vruchten

of

Vanillevla

Appelmoes

Koffie of thee

Aantal personen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ledenadministratie:

Jan Faasen, De Vlotbeemden 4, 5581 AX Waalre. **e-mail:** <mailto:svwaalreledadm@gmail.com>
Bankrekening: **NL 75 RABO 0155 7098 95 t.n.v. KBO afd. Waalre .**

Nieuwe leden:

- Patty de Bie
- Adri de Rijke

Overleden leden:

- Irene de Jong