



NIEUWSBRIEF NOVEMBER 2024

Een nieuwe naam voor KBO Ulvenhout: Ulvenhout VITAAL

De vorige maand heb ik in mijn voorwoord uitleg gegeven over het proces dat gaat leiden tot een nieuwe naam voor de afdeling. Ben je al vertrouwd geraakt met de suggestie voor de nieuwe naam?.

Daarbij denken we aan:

Ulvenhout VITAAL. Seniorennetwerk.

Een mond vol, maar wel een naam die wil duidelijk maken dat we leven. Dat we er zijn, op een levendige en vitale manier. Bij de nieuwe naam hoort ook een nieuw logo. Tijdens de algemene ledenvergadering zal uw instemming gevraagd worden. Bij een nieuwe naam horen ook Nieuwe Statuten. We hebben daar als bestuur serieus naar gekeken op basis van een voorstel gedaan door het bestuur van **SeniorenNetwerk Brabant-Zeeland**. Dat is de nieuwe naam voor KBO Brabant.

We hopen dat u in grote getalen bij de ledenvergadering op vrijdag 29 november a.s. aanwezig zult zijn om SAMEN de besluitvorming rond de nieuwe naam te vieren. Sint Nicolaas zal daar ook bij aanwezig zijn. Dat wordt dus dubbel feest.

Met deze nieuwsbrief staan we weer bijna voor de afronding van een jaar dat ons veel heeft gebracht. Naast de verschillende vaste activiteiten ook verschillende lezingen. Nieuw waren de Gezondheidsmarkt in april, de start van en het grote enthousiasme binnen de twee leesclubs en het vaste patroon van de lunch op de laatste woensdag van de maand. Op woensdag 27 november a.s. al weer de laatste lunch van dit jaar. U zult dan verrast worden met een muzikale ondersteuning. Laat u verrassen en neem een vriend of vriendin mee! We zetten de lijn van de vaste lunch graag door in 2025.

Als bestuur zijn we druk bezig met de voorbereiding van een vervolg op de Gezondheidsmarkt. Noteer maar al vast vrijdag 11 april 2025.

In goed overleg met de deskundigen binnen SeniorenNetwerk Brabant-Zeeland zijn we bezig met de voorbereiding van enkele bijeenkomsten in de eerste helft van 2025 rond het thema 'Senioren Zelf aan Zet'. Alle reden om de informatie op de eigen website en de volgende Nieuwsbrieven goed te volgen.

Tenslotte

Het is verheugend te kunnen melden dat zich de afgelopen maanden ook 26 senioren hebben aangemeld als lid. Zij zijn van harte welkom! Dat ze welkom zijn gaan we ondersteunen door de groep uit te nodigen voor een bijeenkomst om nader met elkaar kennis te maken.

Hartelijke groet,

Henk van der Loo, voorzitter





KBO Ulvenhout

Secretariaat: Mieke Vos, Mgr. Van Hooijdonkstraat 32, 4851 CZ Ulvenhout.

Telefoon: 06 13 10 18 52. E-mail: kboulvenhout@gmail.com. Website: www.kbo-ulvenhout.nl

Algemene Leden Vergadering OP VRIJDAG 29 november 2024

De najaarsvergadering voor al onze leden wordt gehouden

op vrijdag 29 november 2024 in De Pekhoeve.

De zaal is open vanaf 13.30 uur.

De vergadering begint om 14.00 uur

Agenda:

1. Opening en welkom door de voorzitter
2. Mededelingen.
3. Goedkeuring verslag 22 maart 2024 (al in uw bezit)
4. Toelichting financiën door de penningmeester
5. Voorstel en vaststellen nieuwe naam: Ulvenhout Vitaal, Seniorennetwerk
6. Vaststellen nieuwe statuten (zie bijlage*)
7. Geplande activiteiten voor 2025
8. Rondvraag
9. Sluiting

*de statuten zijn ook ter inzage via het secretariaat

Pauze met koffie en stukje roomboteramandelstaaf.

Komst van de Sint en Piet

Er is voldoende gelegenheid om met elkaar van gedachten te wisselen en te genieten van een door de KBO aangeboden consumptie

We verwachten rond 17.00 uur te kunnen afsluiten.

Gezien het belang van de ALV hoopt het bestuur op een grote opkomst.

Namens het bestuur,
Henk van der Loo
voorzitter

Mieke Vos
secretaris

Kaartconcoers gaat weer van start op vrijdag 1 november.

Houdt u van rikken of jokeren? Kom dan op vrijdagmiddag naar de Pekhoeve.

Start 13.30u. Inschrijfgeld voor het hele concoers: €6.00.

Er is een gezellige sfeer op de bijeenkomsten en u kunt echt mooie prijzen winnen. Van harte uitgenodigd!

Komt u op 1 november iets eerder naar de Pekhoeve voor het inschrijven en afrekenen zodat we om 13.30 uur echt kunnen beginnen.

Er wordt gespeeld op de volgende data: 1-8-15 en 22 november, en op 6 en 13 december. Op 13 december is de afsluiting en worden er mooie prijzen uitgereikt.

Voorzitter: Henk van der Loo, Nieuwe Beekhoek 26, hvanderloo@kpnplanet.nl (06-20018885)

Penningmeester: Ton Crul, (06-51019982)

Rabobankrek: **NL61RABO01167 54 753 t.n.v. KBO Ulvenhout.** KvK 20126040.

OPZEGGING van uw lidmaatschap kunt u kenbaar maken bij het secretariaat (zie boven)



KBO Ulvenhout

Secretariaat: Mieke Vos, Mgr. Van Hooijdonkstraat 32, 4851 CZ Ulvenhout.

Telefoon: 06 13 10 18 52. E-mail: kboulvenhout@gmail.com. Website: www.kbo-ulvenhout.nl

Woensdag 27 november lunch.

De 11^e en laatste lunch van het jaar.

Deelname: overmaken €5.00 op rekeningnr. NL61RABO0116754753 tnv KBO Ulvenhout o.v.v. lunch of aanmelden via de mail: kboulvenhout@gmail.com of even bellen: 06-13101852

We sluiten de lunch af met het optreden van een muzikaal trio. Zij brengen een kerstverhaal, afgewisseld met passende stukjes muziek.

U bent van harte welkom.

Bingo: zaterdag 30 november

De zaal gaat open om 13.30u; **Let op: Kaarten kosten €5.00, vervolgkaarten €2.00**

Vindt u het leuk om een spannend spel te spelen, waarvoor concentratie gevraagd wordt? Goed luisteren en snel reageren en u kunt zomaar een prijs winnen.

En tussendoor is er gezelligheid onder het genot van een kopje koffie/thee of iets anders lekkers.

Kom eens kijken en doe eens een keer mee. U bent van harte welkom.

Kerstviering.

Hierover in de volgende nieuwsbrief meer informatie.

Kerstdiner op vrijdag 20 december

Het jaarlijkse kerstdiner staat weer voor u klaar in WoonZorgcentrum De Donk, Slotlaan 15. Om **16.30u** gaat de in kerstsfeer versierde zaal voor u open.

Er wordt u een 4 gangen diner aangeboden, waarbij u, bij het hoofdgerecht de keuze heeft tussen vlees of vis. Dit alles inclusief 2 consumpties.

Carpaccio bonbon

*

Heldere rundvlessoep

*

Huisgemaakte Irish beef stoofschotel of visstoofpannetje

Prinsessenboontjes met spek

Boeren frietjes met peterselie en parmezaanse kaas

Gieser wildeman stoofpeertjes in rode wijnsaus

*

Chocolade kersen Trifle

*

Koffie of thee.

U kunt deelnemen door € 31,50 per persoon (introducé €38,50) vóór 6 december 2024 over te maken op onze **bankrekening NL 61RABO 0116754753**

Wilt u ook uw voorkeur voor vis of vlees vermelden.

Let op: Houdt u er rekening mee dat extra consumpties alleen met pinpas betaald kunnen worden.

Voorzitter: Henk van der Loo, Nieuwe Beekhoek 26, hvanderloo@kpnplanet.nl (06-20018885)

Penningmeester: Ton Crul, (06-51019982)

Rabobankrek: **NL61RABO01167 54 753 t.n.v. KBO Ulvenhout.** KvK 20126040.

OPZEGGING van uw lidmaatschap kunt u kenbaar maken bij het secretariaat (zie boven)



KBO Ulvenhout

Secretariaat: Mieke Vos, Mgr. Van Hooijdonkstraat 32, 4851 CZ Ulvenhout.

Telefoon: 06 13 10 18 52. E-mail: kboulvenhout@gmail.com. Website: www.kbo-ulvenhout.nl

BredaMantelzorg bestaat 15 jaar en dat vieren we graag met jou! Tijdens de Week van de Mantelzorg nodigen we je graag uit op maandag 4 november voor een gezellige en inspirerende avond in Podium Bloos. Alle mantelzorgers, jong en oud, zijn van harte welkom.

Dit wordt gehouden van 19.00 uur tot 21.30 uur in Podium Bloos, Speelhuislane 153, Breda.

Voor meer informatie zie de onderstaande link:

<https://www.bredamantelzorg.nl/mantelzorger/week-van-de-mantelzorg/jubileumworkshop-in-theater-klein-geluk-voor-de-mantelzorger/>

Seniorenexpo Veldhoven.

Van dinsdag 14 tot en met zondag 19 januari is er weer de jaarlijkse Senioren Expo in het evenementencomplex NH Koningshof in Veldhoven. Op vertoon van het KBO-lidmaatschapspasje krijgen alle KBO-leden een korting van €5.00 op de entreprijs van €15.00.

Naast allerlei stands, speciaal voor senioren zijn er ook podiumoptredens met muziek.

Heeft u belangstelling om mee te gaan en heeft u zelf geen vervoer? Laat het weten bij het secretariaat, dan bekijken we de mogelijkheid om mee te reizen met andere afdelingen, op dinsdag 14 januari.

Blijft u graag fit en gezond om o.a. vallen te voorkomen?

Fitness- & Fysiotherapie4all Breda (Allerheiligenweg 83, naast de Aldi)

55+ Leden van KBO Ulvenhout kunnen tegen gereduceerd tarief gaan sporten tot 17.00 uur.

Alle abonnementsvormen zijn met onbeperkt fitness, groepslessen, koffie/ thee en sportdrank. (Excl. My Circle)

Bij Fitness-& Fysiotherapie4all werken o.a. fitnessinstructeurs, fysiotherapeuten en personal trainers. Deze zijn gespecialiseerd in de veranderingen van een ouder wordend lichaam. Zij maken een trainingsschema op maat dat gebaseerd is op een fitheidstest die zij bij aanvang afnemen in combinatie met doelstellingen en eventuele beperkingen/blessures.

Liever in een groep trainen? Samen-Fit is een circuit training speciaal voor 55+ waarbij kracht, conditie en evenwicht o.l.v. een trainer iedere les weer op het programma staan. Uiteraard sluiten we deze training af met een gezellig kopje koffie/thee.

Wilt u een vrijblijvende proefles ervaren of een rondleiding en meer informatie verkrijgen? Maak dan een afspraak om te kijken of het iets voor u is op tel: 076 7370190 Diana Segeren, Clubmanager|Fitness4all Breda

Bij **Wijkzuster Thecla Flipsen** kunt u terecht met vragen over zorg en welzijn. Zij is te bereiken op tel. Nr. : 06-43050854 of via de mail: thecla.flipsen@surplus.nl

Voorzitter: Henk van der Loo, Nieuwe Beekhoek 26, hvanderloo@kpnplanet.nl (06-20018885)

Penningmeester: Ton Crul, (06-51019982)

Rabobankrek: **NL61RABO01167 54 753 t.n.v. KBO Ulvenhout.** KvK 20126040.

OPZEGGING van uw lidmaatschap kunt u kenbaar maken bij het secretariaat (zie boven)