



Beste mensen,

De zomer is weer begonnen en hopelijk blijft de neerslag wat achterwege. Er is voorlopig genoeg water.

Het bestuur gaat ook in de zomerstand maar blijft wel voor u bereikbaar.

Eind augustus valt de ONS en het Journaal weer op uw deurmat.

Daarna starten de meeste activiteiten weer op. Zorg ervoor dat je eraan meedoet want zonder uw deelname is het bijna niet te doen activiteiten te blijven organiseren. Het Bestuur faciliteert, maar de leden moeten wel meedoen.

Geniet van de vakantie als je weggaat, maar thuis kan het ook goed zijn.

Wij wonen immers in een van de mooiste gemeente van de Wereld.

Peter Plompen, Voorzitter

HIEP HIEP HOERA

Wij feliciteren hieronder de leden vanaf 90 jaar die deze maanden jarig zijn en wensen ze een fijne dag.

- Op 1 juli wordt de heer Kölgens 90 jaar
- Op 3 juli wordt mevrouw van der Elst-van den Nieuwenhuijzen 94 jaar
- Op 9 juli wordt mevrouw Stinnissen-Jonkers 91 jaar
- Op 11 juli wordt mevrouw Poos 95 jaar
- Op 11 juli wordt mevrouw Smits 93 jaar
- Op 14 juli wordt mevrouw Sutcliffe-van Leeuwen 93 jaar
- Op 16 juli wordt mevrouw Prijs - de Jong 93 jaar
- Op 17 juli wordt de heer van Amersvoort 93 jaar
- Op 24 juli wordt de heer Vermeulen 91 jaar
- Op 25 juli wordt mevrouw van Kesteren 91 jaar
- Op 29 juli wordt mevrouw Beerens-Embrechts 100 jaar ✨
- Op 29 juli wordt mevrouw Rissenbeek-Geerts 96 jaar
- Op 1 augustus wordt mevrouw Rijkers-van Dun 94 jaar
- Op 2 augustus wordt de heer van der Made 91 jaar
- Op 9 augustus wordt mevrouw Ribbens-van Leeuwen 91 jaar
- Op 10 augustus wordt mevrouw van Grootel-Janssen 92 jaar
- Op 12 augustus wordt mevrouw Jo Caeyers-Kennis 94 jaar
- Op 12 augustus wordt mevrouw van Kessel van den Boom 91 jaar
- Op 13 augustus wordt mevrouw Engelen-Schrijvers 91 jaar
- Op 16 augustus wordt mevrouw Daams 93 jaar
- Op 17 augustus wordt mevrouw van de Dungen-Aarts 90 jaar
- Op 28 augustus wordt mevrouw van Hezik-Das 92 jaar



Alle andere leden die in deze maand jarig zijn ook van harte gefeliciteerd.

Leden die 90, 95 of 100 jaar worden, verrassen wij met een bloemetje en een bezoekje in de maand waarin zij jarig zijn. U wordt altijd van tevoren gebeld om een afspraak te maken. Vertrouwt u het niet bel dan met Peter Poell, ledenzorg Tel. 06 20 03 72 91.

30 JAAR LID VAN ONZE AFDELING

Mevrouw Rijkers-Belien en de heer Kanters zijn op 1-07-2024 30 jaar lid van onze afdeling. Wij hopen dat u nog veel plezier mag beleven binnen onze afdeling.

BEZOEK AAN ONZE LEDEN

De werkgroep ledenzorg maakt afspraken voor een persoonlijk bezoek bij onze leden. Dit geldt voor leden die dit jaar 80, 85, 90, 95 of 100 jaar worden. U wordt altijd van tevoren gebeld. Bent u nog niet benaderd en hebt u behoefte aan een gesprek, dan kunt u ook zelf even contact opnemen. Leden die 90, 95 of 100 jaar worden, zullen in de maand van de verjaardag worden bezocht; niet op de dag van de verjaardag zelf. Leden die 80 of 85 jaar worden zullen na telefonisch contact bezocht worden tussen nu en 31 december, dit is niet afhankelijk van de datum van de verjaardag. Peter Poell, ledenzorg Tel. 06 20 03 72 91.

OPRICHTEN STUDIEKRING verval

Helaas hebben zich op onze oproep voor een studiekering maar 4 mensen aangemeld. De groep moet minimaal uit 10 personen bestaan. Wij hebben dus besloten om het oprichten hiervan voorlopig niet door te laten gaan. Mocht u alsnog interesse hebben dan kunt u zich via het secretariaat aanmelden. Achter de schermen proberen wij toch voldoende animo te vinden om alsnog te kunnen starten.

RABO CLUBSUPPORT ACTIE

Onze deelname aan de Rabo Clubsupport actie is definitief. Van 2 tot 27 september kunt u op ons stemmen zodat we weer een mooi bedrag kunnen krijgen voor onze activiteiten. Meer informatie hierover de volgende nieuwsbrief.

Om te kunnen stemmen moet u een rekening bij de Rabobank hebben, maar u moet ook lid worden. Dit kan via de Rabo App of Rabo online bankieren. Klik op "over ons aan", u ziet dan rechts het kopje lid worden. De rest wijst zich vanzelf. Het kost u niets, dus doe mee!

HEEFT U VRAGEN, HULP NODIG of een wijziging door te geven?

In het informatieboekje 2024 vindt u alle relevante adressen en telefoonnummers.

U kunt altijd een beroep doen op onze bestuursleden. Hun telefoonnummers vindt u ook in het informatieboekje. Kijk op onze website www.kbo-valkenswaard.nl of bel even met het secretariaat Tel. 040 - 20 43 697.

ALGEMENE INFORMATIE OVER MAANDELIJKSE BIJEENKOMSTEN

De informatie die wij tot nu toe meldden in het Journaal over Alzheimercafé, Parkinson café, Oog café, Mantelzorg Verlicht e.d. zullen niet meer in de maandelijkse Journaals gemeld worden. U vindt ze in het informatieboekje 2024. Alleen bij belangrijke wijzigingen brengen wij u via het Journaal op de hoogte.

OVERZICHT ACTIVITEITENBEGELEIDERS

Coördinator Bert Sutton

Wandelen	Sjaan de Lange	tel. 06 - 1042 1152
Biljarten	Nico v.d. Kraan	tel. 06 - 41 13 94 87
Line Dance	Nico v.d. Kraan	tel. 040 - 20 18 960
Fietsen	Joke v.d. Kraan	tel. 040 - 20 18 960
Schilderen	Gerard van Nimwegen	tel. 040 - 20 13 190
KBO Orkest	Riet v. Moll	tel. 040 - 20 40 214
Dansen	Gerard Veurman	tel. 040 - 20 17 648
Kienen	Peter Plompen	tel. 06 - 37 35 24 01
Tai Chi/Meditatie	José Rijkers	tel. 06 - 20 65 86 43
	Gerard v. Nimwegen	tel. 040 - 20 13 190



Activiteitenoverzicht



Dag/Datum	Tijd	Activiteit	Locatie
Belangrijke dagen			
Woe 17 juli		Kring zomerreis	
Ma 14 okt.	13:00 - 16:00	Vrijwilligersdag	Lugano
Do 17 okt.		Kring Ledendag	
Woe 13 nov.		Kring Najaarsreis	
Do 19 dec.	12:00 - 16:00	Kerstmiddag	Lugano
WEKELIJKS			
Maandag	14:00 - 16:00	Open repetitie KBO-orkest	t Pumpke
Dinsdag	13:30 - 16:00	Inloop middag	Turfberg
Dinsdag	13:00 - 17:00	Line Dance 3 groepen	Hijskraan
Woensdag	09:15 - 11:45	Tai Chi 2 Groepen	Geenhoven
Vrijdag	18:30 - 21:00	Biljarten	Taxandria
JULI			
Woe 03	09:30	Wandelen	Turfberg
Ma 08	13:30	Fietsen	Nicolaaskerk
Di 09	14:00 - 16:30	Kienen	Turfberg
Vrij 12	09:30	Wandelen	Turfberg
Woe 17	09:30	Wandelen	Turfberg
Woe 17		Kring zomerreis	
Vrij 26	09:30	Wandelen	Turfberg
Wo 31	09:30	Wandelen	Turfberg
EXTRA MEDEDELINGEN JULI			
Di 02	13:00 - 17:00	Linedance Laatste voor de Vakantie	De Hijskraan
AUGUSTUS			
Ma 05	09:30 - 12:00	Bestuursvergadering	
Vrij 09	09:30	Wandelen	Turfberg
Ma 12	13:30	Fietsen	Nicolaaskerk
Di 13	14:00 - 16:30	Kienen	Turfberg
Wo 14	09:30	Wandelen	Turfberg
Do 22	13:30 - 17:00	Start Schilderen	De Horizon
Vrij 23	09:30	Wandelen	Turfberg
Di 27		Journal + ONS September	
Woe 28	09:30	Wandelen	Turfberg

Kijk voor het jaaroverzicht Activiteiten op www.kbo-valkenswaard.nl onder het kopje Valkenswaard.

OPROEP VOOR FIETS LIEFHEBBERS

In een van ons vorige Journaals hebben wij een oproep gedaan om meer deelnemers te krijgen voor het fietsen. Helaas heeft dat niet het gewenste resultaat opgeleverd.

Graag willen wij toch nog een keer een oproep doen.



DOE MEE.



Gerard van Nimwegen heeft (tijdelijk) de begeleiding op zich genomen.

Er is besloten om 1 keer per maand i.p.v. 2 keer per maand te gaan fietsen. Iedere 2^e maandag van de maand om 13:30 uur bij de St. Nicolaaskerk verzamelen. U hoeft zich niet vooraf aan te melden.

Als er in de toekomst meer deelnemers mee gaan doen, kan de groep beslissen om naar 2 keer per maand te gaan. Alles is mogelijk.

Er zijn genoeg redenen om mee te doen: Het is gezellig, gezond, mooie natuur en leuke terrassen. Route: meestal zo'n 25-30 km; of in overleg.

INBRENG VAN LEDEN voor het Journaal

Wij zouden het op prijs stellen als u een bijdrage wilt. Dit kan met een gedicht of een verhaal. In ABN of dialect voor het Journaal van juni graag insturen voor 5 Augustus kbovalkenswaardsecretariaat@gmail.com of Dommelseweg. De bijdrage voor deze maand is van Karel Drijvers.



leveren aan onze nieuwsbrief. alles is welkom. De inzending naar 155.

GEDACHTEN ALS JE OUDER WORDT

Met mij is totaal niets aan de hand
Ik ben nog zo fit van lijf en verstand
Ja, ik heb wat artrose in mijn heup en knie
En als ik buk is het alsof ik sterretjes zie.
Mijn pols is iets te snel, mijn bloeddruk te hoog
Maar ik ben nog fantastisch goed, zo op het oog.

Met de steunzolen, die ik heb gekregen
Loop ik weer buiten langs 's-Herenwegen,
Kom ik weer in winkels en op het plein,
Wat heerlijk, zo gezond te mogen zijn.
Mijn geheugen is niet meer zo best en evenmin mijn ogen,
De rug raakt langzaam wat meer gebogen
De adem korter, de keel vaak zo droog.
Maar ik ben fantastisch goed, zo op het oog.

Is het leven niet mooi? Het gaat snel voorbij
Als ik kijk naar de foto's van vroeger van mij
Ik denk aan mijn jeugdiger jaren.

Ik wilde mooie schoentjes en moest ervoor sparen.
Ik ging fietsen en wandelen overal heen
En kende geen moeheid, zo het scheen.
Nu ik ouder ben, zijn mijn schoenen vaak zwart,
En loop ik heel langzaam, dat is voor het hart
"Houd uw gemak maar" zegt de cardioloog.
U bent nog fantastisch goed, zo op het oog.

De ouderdom is goud! Ja dat begrijp ik wel.
Dan twijfel ik en vraag me af, of het waar is

Of dat beeld van goud niet wat dwaas is en raar is.

Ik doe nog van alles, maar het gaat wat traag,
En na het eten heb ik last van mijn maag.
Maar ik wil niet zeuren, want dat mag
allemaal komen op onze oude dag.
"Aanvaard het rustig" zegt de psycholoog,
U bent nog fantastisch goed, zo op het oog.

Verslagen van de bestuursvergaderingen van de afdeling zijn op te vragen bij het secretariaat.

Kijk ook eens op www.kbo-valkenswaard.nl voor de laatste foto's.



Met dank aan onze vrijwilligers
**VALT HET VOLGENDE JOURNAAL EN MAGAZINE "ONS" BIJ U IN DE BUS IN DE WEEK
van 26 augustus 2024.**

**HEB JE DE ZOMER IN JE BOL?
MOOI DAN GAAN WE IN JOUW HOOFD OP VAKANTIE.**

