

Kerstmarktreis naar Münster, woensdag 30 november.



De afgelopen jaren was het niet mogelijk maar gelukkig dit jaar gelukkig wel! Een reis naar een van de mooiste en gezelligste Kerstmarkten in Duitsland. Niet Keulen of Düsseldorf maar **Münster**. Deze stad met veel historie kent maar liefst 5 verschillende kerstmarkten met in totaal 300 kraampjes. Gezellige kraampjes, leuke winkels en typisch Duitse kerstspecialiteiten maken deze kerstmarkt tot een onvergetelijke belevenis. Voor een zeer schappelijke prijs kunt u mee.

We vertrekken op woensdag 30 november om 08.30u vanaf de Goede Herder (Gennep-Europaplein). Op de heenreis is er een stop met koffie en gebak bij het v.d. Valk Hotel in Gladbeck. Om 11.45u bent u in Münster. Daar kunt u op eigen gelegenheid “dwalen” over de verschillende kerstmarkten.

De terugreis begint om 17.15u. Op de terugreis is er een afsluitend 3 gangen diner in restaurant 't Centrum in Babberich waarna we uiterlijk 21.45u weer terug zijn in Gennep. Kosten: €51,50 - €55,= (afh. van het aantal aanmeldingen). Deze reis wordt aangeboden aan KBO leden in Gennep-Ottersum—Milsbeek-. Heijen en (Ven-Zelderheide).

Inschrijven **vóór 15 oktober** via bijgevoegd strookje.

Aanmeldstrookje voor in de nieuwsbrief van oktober

Aanmeldformulier **Kerstmarktreis 30 november**. Kosten: € 51.50 - € 55,=
(= afhankelijk van het aantal deelnemers) **Graag duidelijk schrijven!**

Naam:, Adres:.....

Tel.:..... E-mail:.....

Naam:, Adres:

Tel.:..... E-mail:.....

Vertrek: woe 30/11. 8.30 Europaplein 2 Gennep (Goede Herder); terugkomst aldaar om 21.45u.

Nadat u rond **20 oktober** hoort of de reis kan doorgaan, krijgt dan ook het precieze reisbedrag te horen. Dit bedrag dan graag overmaken op banknummer: NL 35 RABO 0140 6022 83 t.n.v. KBO Gennep o.v.v. Münster 30/11. Dit aanmeldstrookje s.v.p. uiterlijk 15 oktober inleveren of uw gegevens doorbellen

De aanmeldingsstrookjes kunnen

- 1). in de witte brievenbus van de KBO op het Europa plein
- 2). Je mag je gegevens ook mailen naar Annie Vorstenbosch via coordinator@kbo@gmail.com
- 3). Als optie 1 en 2 niet kan – dan kun je je gegevens ook doorbellen naar Annie op 0485-513855

Deze reis wordt ook aangeboden in Ottersum, Milsbeek, Heijen en (Ven-Zelderheide)



De Stichting Vrienden van Norbertus organiseert in samenwerking met de KBO, afdeling Gennepe, een

KIENMIDDAG

Dinsdag 25 oktober 2022

Aanvang 14.00 uur

Zaal de Goede Herder, Europaplein, Gennepe

De opbrengst is voor de rolstoelbus

Een gezellige middag met veel mooie prijzen

en wij zorgen voor gebak

HOOFDPRIJS 50 EURO, TWEDE EN DERDE PRIJS 25 EURO

Help mee de rolstoelbus te laten rijden!

KBO Ledenrubriek

- Nieuwe leden:
Angela Megens-Linssen
Anja Smits-Willems.

Wilt u iets in deze rubriek laten opnemen, neem dan contact op met het KBO bestuur.



Netwerk Senioren Limburg (NSL) Wat senioren belangrijk vinden

t.b.v. de Verkiezingen van Provinciale Staten 15 maart 2023

Senioren verdienen de volle aandacht van het provinciaal bestuur van Limburg. Niet alleen vanwege hun snelgroeiend aantal in Limburg, maar zeker ook vanwege hun toegevoegde waarde voor onze samenleving. Door het verhogen van de AOW-leeftijd zijn veel senioren nog actief en ook hard nodig op de arbeidsmarkt. Zijn ze eenmaal met pensioen dan zijn ze vaak actief als vrijwilligers, mantelzorgers en als oppasoma's en -opa's. Uiteraard verdienen senioren ook aandacht als ze zorg nodig hebben. Het spreekt voor zich dat die zorg dan ook beschikbaar moet zijn. Het Netwerk Senioren Limburg (NSL) vraagt aandacht voor een aantal thema's die voor senioren belangrijk zijn. Wij roepen de politieke partijen op hier aandacht aan te besteden in hun verkiezingsprogramma's én in het coalitieakkoord 2023-2026

Thema's

Eenzaamheid en sociaal isolement * Vitaliteit en zorg * Wonen * Veiligheid

Mobiliteit * Inkomen * Digitalisering * Waardering * Vrijwilligerswerk

Eenzaamheid en sociaal isolement

Een van de belangrijkste speerpunten is het bestrijden van eenzaamheid en sociaal isolement. Samen ervoor zorgen dat senioren mee blijven doen in onze Limburgse samenleving. De doelgroep LHBTI verdient daarbij bijzondere aandacht. Gemeenten en maatschappelijke organisaties moeten dit onderwerp samen oppakken. De provincie heeft een ondersteunende en faciliterende rol en kan bijvoorbeeld aanhaken bij de mogelijkheden die Positieve Gezondheid biedt. Limburg moet daarnaast investeren in de leefbaarheid van kleine kernen en buurten. Limburg kan alleen echt Positief Gezond zijn, als we eenzaamheid en sociaal isolement uit kunnen bannen!

Vitaliteit en zorg

Het kabinet heeft met de installatie van de Raad van Ouderen het belang van de stem van ouderen onderstreept. Limburg is, via NSL, met twee afgevaardigden goed vertegenwoordigd in deze Raad. Ook is er een verbinding gelegd met de Academische Werkplaats Ouderenzorg in Maastricht. Van het provinciaal bestuur verwachten wij dat het Limburg op de kaart zet als provincie die vooroploopt in de (gezondheids)zorg voor senioren. Door senioren te stimuleren Positief Gezond te zijn en te blijven, maken we samen van Limburg een Positief Gezonde provincie. NSL vraagt daarbij ook aandacht voor zingeving o.a. door het beter faciliteren van vrijwilligerswerk van senioren. Vrijwilligerswerk = zingeving! Naast een Positief Gezonde provincie pleiten wij ook voor een dementievriendelijke provincie.

Wonen

Het aantal senioren zal de komende jaren stijgen en daarmee de behoefte aan passende woonruimte. Tel daar de gespannen woningmarkt bij op en het zal duidelijk zijn dat wonen een belangrijk thema moet zijn voor de politiek. Vorig jaar deden het Netwerk Senioren Limburg en Burgerkracht onderzoek naar de huidige woonsituatie van senioren en hun woonwensen voor de nabije toekomst. Driekwart van de respondenten woont zelfstandig, waarvan 80% in een koopwoning. Een kwart wil wel verhuizen naar een levensloopbestendige en liefst ook kleinere woning. Er is een lichte voorkeur voor een koopwoning. Ongeveer een kwart heeft interesse in een zorgwoning en een vijfde voelt wel voor een vernieuwende woonvorm. Gelijkvloers heeft de grote voorkeur. Ruim 90% verwacht dat het vinden van de gewenste woning lastig zal zijn. Men vreest lange wachttijden, maar ook financiële problemen en dan met name hogere huur-/kooprijzen.

In het onderzoek is gevraagd welke voorzieningen senioren dichtbij huis willen. Dat zijn vooral de huisarts en fysiotherapeut, supermarkt, apotheek, pinautomaat, de bushalte, een buurthuis en bankjes! Duidelijke cijfers waar de politiek direct mee aan de slag kan!

Veiligheid

Veiligheid is een breed thema voor senioren. Het speelt in en om huis, maar ook in de wijk of het dorp en uiteraard in het verkeer. Kijken we naar de provinciale taken, dan gaat het vooral om de aanleg en onderhoud van provinciale wegen en fietspaden en verkeersveiligheid. NSL vraagt aandacht voor de veiligheidsbehoeften van senioren, zoals goede verlichting en overzichtelijke kruisingen. Voor de fietspaden vragen we extra aandacht voor de e-bikes o.a. vanwege de snelheidsverschillen tussen jong en oud(er). Daarnaast is het belangrijk senioren te stimuleren hun kennis van verkeersregels regelmatig op te frissen, om zo lang mogelijk veilig aan het verkeer te kunnen blijven deelnemen.

Mobiliteit

Senioren krijgen vaak te maken met verminderde mobiliteit. Autorijden, fietsen of lopen gaat moeilijker en dan zijn algemene voorzieningen zoals Openbaar Vervoer, wensbus of maatwerkvervoer (regiotaxi, Valys, vervoersmaatje (ANWB) van groot belang. Die moeten dan ook voorhanden, betaalbaar en bereikbaar zijn. Het gaat dan om goed openbaar vervoer met bereikbare haltes, goede en veilige overstapplaatsen met dienstregelingen en verbindingen die op elkaar aansluiten. Wij pleiten voor voortdurende aandacht voor de mobiliteit van senioren, met name voor een goed openbaar vervoernetwerk dat steden én dorpen en kleine kernen aandoet. Ook de communicatie tussen de onderlinge vervoersmodaliteiten is voor verbetering vatbaar. Wij vragen van de provincie om samen met de gemeenten te werken aan maatwerkoplossingen voor senioren. Goed kijken naar de vervoersbehoefte, de toegankelijkheid van de verschillende systemen verbeteren en kleinschalige (buurt)initiatieven zoals Wensbussen, deeltaxi en Automaatje faciliteren en stimuleren.

Inkomen en armoede

Senioren vormen, zeker ook financieel, een gemengde groep binnen onze samenleving. Is er, naast AOW, een behoorlijk aanvullend pensioen (jongere senior) dan wacht een redelijk comfortabel leven. Is dat niet of nauwelijks het geval (oudere senior), dan is het leven een stuk ingewikkelder. Als prijzen blijven stijgen en inkomen niet, dan gaat het financieel knellen. Heel actueel in deze tijd met de uit de pan rijzende kosten voor energie en levensonderhoud. Senioren met alleen AOW en soms een klein aanvullend pensioen, staan financieel aan de rand van de afgrond. Uit cijfers blijkt dat dit aantal de afgelopen jaren is toegenomen. Van het provinciaal bestuur verwachten wij aandacht voor de financiële situatie van senioren. Dat betekent o.a. goed kijken welke gevolgen de lasten vanuit de provincie hebben voor hun inkomenspositie.

Digitalisering

Senioren moeten deel uit kunnen maken van onze digitale samenleving. Daarom is het van groot belang ouderen te stimuleren en te helpen om digitaal mee te doen. Daarom pleit NSL ervoor, digitale toepassingen van overheden en gezaghebbende organisaties geschikt te maken voor personen die minder digitaal vaardig zijn. Voor deze mensen, waaronder senioren, moet er een digitaal vangnet komen, dat hen digitaal op weg kan helpen.

Waardering van Vrijwilligerswerk

Vrijwilligers zijn de smeerolie van onze Limburgse samenleving en een bloeiende 'civil society'. Vrijwilligerswerk zorgt ervoor dat mensen van betekenis zijn voor de ander en zich daardoor gezonder voelen (positieve gezondheid). Het Netwerk Senioren Limburg vormt een groot, vitaal netwerk van mensen die elkaar ontmoeten, met elkaar samenwerken en er voor elkaar willen zijn. Daarmee levert het NSL een essentiële bijdrage aan de Limburgse identiteit en is daarmee ook economisch van grote waarde. Het NSL is een belangrijk instrument om actuele maatschappelijke vraagstukken voor senioren onder de aandacht te brengen van inwoners en direct betrokkenen in Limburg. Het NSL verdient dan ook de blijvende morele en financiële steun van de provincie.





Sittard/Roermond 15 september 2022

Groen licht provincie **MBvO Limburg gaat door!**

De provincie heeft definitief besloten dat KBO Limburg de komende anderhalf jaar de taken van het steunpunt Meer Bewegen voor Ouderen (MBvO) gaat uitvoeren. Dat betekent dat de continuïteit en ondersteuning van de meer dan 1100 wekelijkse sport- en beweeggroepen voor senioren in Limburg, de lokale organisaties en de lesgevers is gewaarborgd. Ook de wettelijk verplichte, maar erg kostbare BUMA SENA rekening voor de komende periode is voldaan, zodat de beweeggroepen ook weer muziek kunnen gebruiken bij de gymnastiek-, dans-, watergym- en yoga activiteiten.

Dit is goed nieuws voor heel veel senioren want nu kunnen de laagdrempelige en speciaal voor deze doelgroep aangepaste sport- en beweegactiviteiten onder deskundige leiding in Limburg weer allemaal doorgaan. Daar zijn de meer dan 16.000 wekelijkse deelnemers uiteraard heel blij mee! Sportief actief blijven zorgt er immers voor dat senioren vitaler zijn, minder vallen en meer contacten hebben. Dat hebben de afgelopen 50 jaar MBvO in Limburg wel bewezen.

Vanaf 1 oktober a.s. is het provinciaal steunpunt MBvO onder de vlag van de KBO, weer bereikbaar en gaat samen met alle lokale sport- en beweegaanbieders aan de slag voor passend beweegaanbod voor iedere Limburgse senior. Er kunnen ook weer nieuwe beweeggroepen worden aangemeld. Alle beweegactiviteiten kunnen worden aangemeld. Van jeu de boules tot fietsen, van biljarten tot darten, van koersbal tot wandelvoetbal, van yoga tot Zumba en nog veel meer. Voorwaarde is wel dat de beweegactiviteit wekelijks wordt aangeboden en minimaal 40 weken per jaar.

Op de website www.mbvo.nl is vanaf 1 oktober weer alle informatie te vinden.

Voor meer informatie:

Simone Gerono, Adviseur 06-31044933 simone@mbvo.nl

Werkdagen: maandag, dinsdag en woensdag

Postbus 960 6040 AZ Roermond

provincie limburg

gesubsidieerd door de Provincie Limburg

