

## Terugblik Kerstviering 22 dec. 2022

Wij kijken met een tevreden gevoel terug naar de kerstviering van afgelopen jaar.

De opkomst was groot, met ruim 100 deelnemers.

Het programma van die middag is in een gezellige sfeer verlopen.

We hebben genoten van een uitstekende brunch en een goed verzorgd muzikaal optreden van "De Kneut".

Het was fijn om samen – met jullie - op deze manier Kerst te vieren.

Het KBO Bestuur



## Lidmaatschap KBO – PCOB

Zoals jullie kunnen zien is het logo bovenaan de pagina van de nieuwsbrief veranderd.

Met ingang van 1 januari 2023 zijn wij rechtstreeks aangesloten bij de UNIE KBO.

Een bericht met bevestiging hebben wij als afdeling inmiddels ontvangen.

Hieronder een citaat:

*“In de ledenraadsvergadering van de Unie KBO van donderdagmiddag 12 januari jl. is het verzoek van uw afdeling tot rechtstreekse aansluiting bij de Unie KBO in behandeling genomen. De ledenraad verwelkomt uw afdeling van harte en **heeft het verzoek dan ook goedgekeurd.**”*

Concreet betekent het dat er wel een aantal dingen veranderen, maar veel blijft ook hetzelfde.

- Praktische ondersteuning voor onze afdeling vanuit de Unie is toegezegd.
- Er wordt 10x per jaar een magazine uitgegeven, namelijk magazine KBO – PCOB.  
U krijgt dat op de vertrouwde manier bezorgd.

Nummer	Maand	Verschijsing
2	Februari	24-jan
3	Maart	28-feb
4	April	28-mrt
5	Mei	2-mei
6	Juni	6-jun
7/8	Juli / Augustus	4-jul
9	September	22-aug
10	Oktober	26-sep
11	November	24-okt
12	December / Januari	28-nov



## KBO Ledenrubriek

### • Nieuwe Leden

Joke Martens.  
Marleen Kerkhoff.  
Will Willems.  
Hans van den Ham

### • Overleden Leden

Nelly Geerts, 07 december 2022 op 78 jarige leeftijd.  
Tieny Driessen, 09 december 2022 op 83-jarige leeftijd.  
Diny Swinkels-Denissen, 16 december 2022 op 72-jarige leeftijd.  
Bert van Driel, 26 december 2022 op 84-jarige leeftijd.  
Jan Gisbers, 7 januari 2023 op 88-jarige leeftijd.  
Anneke van Haare-van Lankveld, 11 januari 2023 op 86-jarige leeftijd.

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

## Winkelreis Deventer met KBO-Gennep

Op vrijdag 14 april organiseert de KBO Gennep een “winkelreis” naar Deventer.  
Om 09.00 vertrekken we naar vanaf de Goede Herder aan het Europaplein naar Deventer.

Daar wordt u in het centrum afgezet. U kunt de markt op de Brink bezoeken of gezellig in het historische centrum van Deventer winkelen.

Naast winkelen kunt u diverse andere fraaie plekken in de stad bezoeken:

- de Lebuniuskerk,
- het museum de Waag;
- het Geert Groote huis;
- de Bergkerk;
- wandelen in het fraaie Rijsterborgherpark;
- op een terras op de Brink of Botermarkt vertoeven;
- het Kunstmuseum EICAS of
- het leuke speelgoedmuseum bezoeken.

Als het een beetje mooi weer is, is een van de terrassen langs de IJssel ook een aanrader. Kortom geen moment om je te vervelen!

Om 15.30u vertrekt de bus weer terug naar Gennep alwaar we rond 17.00u weer arriveren.

-----  
Aanmeldformulier winkelreis Deventer vr 14/04 - Kosten: afhankelijk van deelnemers €15,00-€18,00

Naam: ....., Adres:....., Tel:.....

Naam: ....., Adres: ..... Tel:.....

\*Mocht de naam van uw bankrek. afwijken van bovenstaande naam dan graag hier de naam die op uw rekeningnummer staat \_\_\_\_\_

Belangrijk: aanmelden alleen en rechtstreeks bij KBO-Gennep.

Bovenstaand bedrag graag overmaken op banknummer: NL 35 RABO 0140 6022 83 t.n.v. KBO Gennep o.v.v. Deventer 14/04.

Dit strookje svp uiterlijk 5 maart inleveren bij Annie Vorstenbosch of in brievenbus v.d. Goede Herder of bovenstaande gegevens mailen naar [Coördinatorkbo@gmail.com](mailto:Coördinatorkbo@gmail.com).

Tel. 0485-513855 (niet - KBO leden welkom, KBO leden hebben wel voorrang!) Deze reis wordt ook aangeboden in Heijen, Ottersum, Milsbeek, Ven-Zelderheide

## Reminder - Kosten KBO Lidmaatschap 2023

De kosten voor het lidmaatschap blijven voor dit jaar **ongewijzigd namelijk € 22,00 per jaar**. U wordt verzocht dit bedrag – in verband met de jaarafsluiting – over te maken voor 15 februari 2023.

Het banknummer is: KBO Heijen NL 82 RABO 0122 1061 56.

## Val preventie – Cursus Stevig Staan

Onder regie van de gemeente Gennep worden binnenkort vitaliteitsbijeenkomsten gehouden voor 70-plussers.

Stevig staan, is een onderdeel van het programma Positieve Gezondheid.

Doel van het programma is om 70-plussers langer zelfstandig te laten blijven door ze hier zelf aan te laten werken.

Dit met ondersteuning van zorg, fysiotherapie, wijkverpleging, dorpsondersteuner, buurten, familie en gemeente.

Om in aanmerking te kunnen komen zullen er eerst in eigen dorp vitaliteitsbijeenkomsten worden gehouden voor 70-plussers. Door informatie te geven over gezondheid en testen zal blijken of de cursus nodig is. Wanneer het wel nodig is zal de cursus gehouden worden bij ESP.

Je kunt zelf je gezondheid beheersen door je spierkracht te ontwikkelen, positief te denken en niet te denken in beperkingen.

Ga in het dagelijks leven het gesprek aan hoe zo lang mogelijk gezond te blijven. Praat over voeding, medicijnen en gevaren in en om het huis. Je kunt hierdoor al heel veel nare dingen uitsluiten.

Voor wie nu al meer wil weten over dit programma, kijk dan op: [www.stevigstaan.nu](http://www.stevigstaan.nu)

Zodra meer bekend is over dit onderwerp kun je er meer over lezen in onze nieuwsbrief.

