

**Nieuwsbulletin juli-augustus**

**Jeu de boules op het St. Josephplein**

Wekelijks op dinsdagavond om 18.30 uur en woensdagmiddag om 13.30 uur wordt er jeu de boules gespeeld op het St. Josephplein.

U bent van harte welkom!

**Fietsen op woensdagmiddag**

Er wordt ook wekelijks gefietst door onze leden op woensdagmiddag. Martien van der Horst zet een mooie tocht van ongeveer 30 km uit. Halverwege legt men aan op een leuk terras voor een drankje, dit is voor eigen rekening.

Er wordt gestart voor De Horst om 13.30 uur en rond 16.30 uur zijn ze weer terug in Venhorst.

Vriendelijk verzoek om een veiligheidshesje te dragen!

**Verkoop consumptiemunten in De Horst op woensdagmiddag**

**02-07-25 tussen 13.30 en 14.30 uur door Sjef Vinken**

**Fiets-3-daagse Boekel**

Van 1 tot en met 3 juli vindt de fiets3daagse van Wielertoerclub Boekel plaats.

Ontspannen fietsen in de prachtige omgeving van Boekel. Iedere dag zijn er 2

afstanden waaruit gekozen kan worden: 40 km met 1 pauze en 60 km met 2 pauzes.

Er kan gestart worden tussen 9.30 uur en 11.30 uur bij Nia Domo.

**St. Annadag op donderdag 24 juli met o.a. muziekbingo door Toon en Jan**

De uitnodiging wordt eind juni met de ONS bezorgd.

**Rabo Clubsupport Campagne 2025.**

Ook dit jaar heeft Senioren Venhorst zich weer aangemeld voor de Rabo Clubsupport Campagne. U kunt stemmen van maandag 1 september tot en met dinsdag 23 september.

Alvast bedankt voor uw stem!!

**Wist u!!**  Dat u als u een aanvullende ziektekostenverzekering heeft afgesloten via Senioren Brabant-Zeeland bij VGZ-CZ of Zilveren Kruis u de contributie van Senioren Venhorst kunt terug vragen. Kijk hiervoor op de website van Senioren Brabant-Zeeland onder het kopje “Voordeel” dan ziet u hoe e.e.a. in zijn werk gaat. Succes!!

**Sta Sterk!**

Sta Sterk! is een cursus gericht op ouderen (65+) om valrisico in het dagelijks leven te verminderen. Deze cursus helpt ouderen om hun kracht, coördinatie en balans te verbeteren. Daarnaast worden deze elementen toegepast in een hindernisbaan (gebaseerd op obstakels die je ook tegenkomt in het dagelijks leven) en sport- en spelvormen. Ook het leren vallen en opstaan staat een aantal lessen centraal. Tijdens de 1e bijeenkomst zal informatie worden gegeven over het thema valpreventie. Ook worden er metingen gedaan met betrekking tot balans. De cursus bestaat uit 12 bijeenkomsten van 1 uur en worden gegeven in Boekel en Venhorst. Er wordt gewerkt in kleine groepjes van minimaal 6 en maximaal 8 deelnemers. VOL=VOL De cursus zal van start gaan in de week van 15 september 2025 bij een minimaal aantal deelnemers van 6 per groep. In De Horst op dinsdag van 16:15-17:15 uur Data: 16-9, 23-9, 30-9, 7-10, 14-10, 21-10, 28-10, 4-11, 11-11, 18-11, 25-11, 2-12 (9-12) Voor wie is deze cursus? Deze cursus is gericht op zelfstandig thuiswonende ouderen (65+) die in staat zijn om minimaal 15 minuten te lopen zonder loophulpmiddel en die wonen in de gemeente Boekel. Dit programma wordt deels gefinancierd door de Gemeente Boekel. Wij vragen een eigen bijdrage van € 50,00 voor het gehele programma. U kunt zich aanmelden door een mail te sturen naar debbie@kwiek.nl. Vermeldt hierbij de volgende gegevens: voor- en achternaam, adres/postcode/woonplaats, geboortedatum, e-mail adres en telefoonnummer en voor welke locatie/dag u zich wilt inschrijven. Aanmelden mag ook via deze link: Aanmeldformulier Sta Sterk! Heeft u vragen of wilt u meer informatie over het programma, neem dan contact op met Debbie via: [debbie@kwiek.nl](mailto:debbie@kwiek.nl) of 0492-322222

**Rijbewijs keuring** Bij KBO-Boekel in Boszicht is het mogelijk om je voor verlenging van het rijbewijsmedisch te laten keuren. Vanaf 75 jaar is bij verlenging keuring noodzakelijk. Aanmelden kan op: RijbewijskeuringsArts.nl tel. 085-0180800, of via afspraken@rijbewijskeuringsarts.nl

**Activiteiten die het bestuur alvast heeft ingepland voor 2025**

* **Dagreis donderdag 28 augustus**
* **Workshop** **mozaïek zaterdag 13 september bij Ons Moe in Oploo**

**Aanmelden kan bij Annemie van der Horst, 06-13755025**

* **Workshop bloemschikken met Joris op dinsdag 9 december**
* **Seniorendag donderdag 9 oktober in Boszicht**

**Telefoonnummers bestuursleden**

**Riky 06-30239206, Francien 351876 , Sjef 06-12695131, Annemie 06-13755025,**

**Willie 06-39720155, Anja Bijvelds 06-55055355**