

**-Verschijnt Maandelijks****April 2023**

Locatie activiteiten: Zaal van de Maashorst Kerklaan 1 - Megen		Agenda:		
		Datum	Activiteit	tijd
Bestuur: Voorzitter: Coby Neomagus Tel: 0412-462369/ 06-1390512 Secretaris: Cor Snaterse Penningmeester: Jan Heemskerk Tel: 0412-465009 Bestuurslid: Rein van Hoorn Tel: 0412-462850 Bestuurslid: Huub Wattenberg Tel: 0412-462648 Bestuurslid: Albert Megens Tel: 0412-462582 Indien de "Ons" niet bezorgd is contact opnemen met Willy van de Camp, Tel: 06-20825901 Webmaster: Mariet Witsiers: e-mail marietwitsiers@gmail.com Zaalbeheer: Jos v Orsouw en Rein van Hoorn Spreekuur- In Acropolis elke dinsdag van 16.00 tot 17.00 uur		Elke dinsdag Avond	Vacant	19.00 uur
		Elke woensdag middag	Vrij kaarten-jokeren en rikken. Koersbal en/of Jeu de boules en Laddergolf	13.30 uur
		Elke donderdag middag	Kaarten en Koersbal en/of Jeu de boules	13.30 uur
		Elke donderdag Avond	Biljarten en kaarten	18.30 uur
		Elke vrijdag Middag	Biljarten en Knutselen of handwerken	13.30 uur



Voor vele vragen en problemen zijn er oplossingen mogelijk. Schroom niet.

Beste leden,

Dit is mijn eerste nieuwsbrief sinds vele jaren. In een vorig leven ben ik ook al secretaris van de KBO geweest, Bart Molenaar was toen voorzitter. Toen ik na een aantal jaren stopte nam Coby het secretariaat over en nu heeft ze het weer terug aan mij overgedragen.

Graag wil ik deze nieuwsbrief ook gebruiken om nieuwtjes voor ouderen, die niet per se door of voor KBO leden zijn, te promoten.

Als u ideeën heeft die u graag deelt met andere leden dan kunt u mij dat laten weten.

Samen wandelen vanuit de praktijk voor alle patiënten van de huisartsen in Megen.

Het algemene advies voor iedereen die ouder wordt is bewegen, blijven bewegen. Elke dag een stukje wandelen is goed voor je hart en bloedvaten. Bovendien helpt het tegen stress en kan je door te wandelen je hoofd een stukje leger maken. Wist u dat er elke dinsdag van 13.15 tot 14.00 wordt gewandeld vanuit de huisartspraktijk Megen

Onder begeleiding van Maria van Doornik, een huisartsondersteuner, wandelt er elke week een groepje door en om Megen. Gezellig een stukske met elkaar oplopen, effe bij buurten of je zorgen eens met een ander te delen. Dat kan met een medewandelaar maar zeker ook met Maria. Het leven kan heel donker lijken en als je dan je zorgen eens uitspreekt geeft dat al vaak weer wat licht aan horizon. Er zijn geen kosten aan verbonden, wel is het nodig om u vooraf eenmalig bij de praktijk aan te melden.

De Agenda voor 2023



Agenda

Kienen: 27 maart en 1 mei 2023.

Donderdag 6 april april Paasbrunch: in de Maashorst

Dinsdag 4 april Smartlappen koor Haren in Acropolis

Koffie in de Maashorst: 23 april en 21 mei

Fietstocht: 25 mei of 1 juni afhankelijk van het weer

Jeu des boules en ladder golf toernooi 4 en 5 juli in Megen

Jeu des boules en ladder golf toernooi 13 juli in Oss

Kerstviering 2023: woensdag 20 december, eerst de mis in Haren, aansluitend in Acropolis.

GOEDKOPE RIJBEWIJSKEURING SENIOREN IN OSS

OSS - Senioren, chauffeurs met rijbewijs C/D/E en overige automobilisten die voor verlenging van hun rijbewijs moeten worden gekeurd, kunnen hiervoor terecht bij Goedkope Keuringen op 17 maart, 21 april en vervolgens eens per maand in het **Muzelinck, Raadhuislaan 18**. voor informatie en een afspraak belt u naar het landelijke afsprakenbureau: **085 - 48 83 616**. Zelf een datum reserveren kan via de website: www.goedkopekeuringen.nl. De artsen waar wij mee samenwerken zijn aangesloten bij het ZorgDomein.