

Beste leden KBO-Nuland.

Na de gezellige nieuwjaarsbijeenkomst van 8 januari jl. willen wij ook de leden die niet aanwezig waren bij deze middag nog een voorspoedig en gelukkig 2025 wensen.

Komende activiteiten. Alle activiteiten in de Meent beginnen om 14.00 uur!

| | |
|----------------------|--------------------------------------|
| Woensdag 29 januari | Spelletjesmiddag in de Meent |
| Woensdag 29 januari | Talking Football in kantine Nulandia |
| Woensdag 12 februari | Thema middag |
| Vrijdag 14 februari | Beugelen in Loosbroek |
| Zaterdag 1 maart | Carnavalsmiddag in de Meent |
| Woensdag 12 maart | Kienen |
| Woensdag 26 maart | Spelletjesmiddag |

Elke donderdagmorgen van 10.00 uur tot 11.00 uur gaan we wandelen!. We starten op het Prins Bernhardplein.

CONTRIBUTIEVERHOOGING LIDMAATSCHAP KBO-NULAND.

Aangezien ook wij als KBO meer moeten gaan afdragen aan Senioren Brabant-Zeeland, gaan wij onze contributie verhogen met € 2,50 en wordt deze dus € 27,50

Dit bedrag zal in februari 2025 automatisch worden afgeschreven van uw rekening.

Bent u **aanvullend verzekerd** voor zorg bij VGZ – CZ of ZILVEREN KRUIS, via het collectief van Senioren Brabant-Zeeland? Dan krijgt u het lidmaatschap van Senioren Brabant-Zeeland vergoed tot een maximum van € 25,- per verzekerde. Dit kunt u ook nog eens nalezen op:

<https://www.kbo-brabant.nl/onsvoordeel/>

AFSCHRIJVING KOSTEN TBV. ACTIVITEITEN ZOALS BIJVOORBEELD EEN DAGBUSREIS

Het komt regelmatig voor dat mensen, die zich hebben opgegeven voor een activiteit, zich toch nog op het laatste moment weer afmelden voor die activiteit. Vaak kunnen wij dan de gekochte kaartjes/ plaatsen in de bus e.d. niet meer teruggeven aan de organisatie van die activiteit. Daarom willen wij voortaan 2 weken voordat de activiteit plaatsvindt het geld van uw rekening afschrijven. Wij hopen op begrip voor deze maatregel.

ECHT IETS VOOR DE MANNEN! (maar ook vrouwen zijn van harte uitgenodigd.)

TALKING FOOTBALL, WOENSDAG 29 JANUARI IN KANTINE NULANDIA OM 15.30 UUR.

Op woensdag 29 januari organiseert KBO in samenwerking met voetbalvereniging Nulandia, Talking Football in de kantine van Nulandia.

Speciale gast deze middag is Koen van der Biezen oud Nulandia en Fc Den Bosch speler!

Je hoeft hiervoor geen aanmelding te doen en iedereen is welkom. Ook hoef je geen lid van KBO of Nulandia te zijn. Dus schrijf deze datum in uw agenda en neem uw vrienden, familie of bekenden mee naar de kantine van Nulandia voor een gezellig middagje.

Talking Football is een initiatief van de FC Den Bosch foundation en zoals titel aangeeft, praten over voetbal, de historie van FC Den Bosch en eventuele Nulandse inbreng.

De bijeenkomst duurt van 15.30 uur tot 17.00 uur.

Info op <https://www.fcdenbosch.nl/fc-den-bosch-zoekt-deelnemers-voor-talking-football>

THEMA MIDDAG 12 FEBRUARI OM 14.00 UUR IN DE MEENT

*Deze middag is voor iedereen toegankelijk, ook niet leden zijn welkom.
Neem gerust familieleden of mantelzorgers mee.*

Als je in je omgeving met dementie te maken krijgt loop je tegen veel vragen aan. Tijdens deze bijeenkomst wordt uitleg gegeven over dementie en is er ruimte om vragen te stellen. Er wordt onder andere informatie gegeven over:

Wat is dementie?

Welke hulp is er mogelijk?

Deze middag hebben wij Paula Prins, studie coördinator bij het Brain Research Center uitgenodigd. Zij vertelt wat de belangrijkste risicofactoren van dementie zijn en wat u er zelf aan kunt doen. In haar presentatie gaat zij tevens in op wat een goede leefstijl is.

Zij legt uit dat u vooral de hersenen moet blijven gebruiken, want 'rust roest'. Dementie kent meer dan 80 oorzaken en er is nog maar beperkt medische behandeling mogelijk. Ook bij dementie is actief blijven met een goede levensstijl daarom belangrijk.

Op oudere leeftijd nemen geheugenproblemen toe. Dit kan passend zijn bij de leeftijd, maar ook een eerste uiting zijn van een van de vele oorzaken van dementie.

Onderzoek heeft aangetoond dat het ontstaan van dementie 30% vermindert bij een goede leefstijl.

Wat is die leefstijl? Wanneer moet je daarmee beginnen? Is het ooit te laat om hier mee te beginnen?

In de toekomst is de verwachting dat er geneesmiddelen komen die dementie kunnen voorkomen. Hoe werken die geneesmiddelen, en hoe kan ik me aanmelden als deelnemer als ik mee wil doen aan geneesmiddelen onderzoek?

Paula Prins vertelt voor wie deelname aan geneesmiddelen onderzoek een optie is om de behandeling voor morgen mogelijk te maken.