

Nieuwjaarsbijeenkomst 10 januari 2025 in De Pekhoeve

Het is al weer 10 dagen geleden dat ieder van ons de stap van oud naar nieuw heeft gemaakt. Je hebt daarmee een jaar afgesloten en plannen gemaakt om iets van de uitdagingen van het nieuwe jaar waar te maken.

Het klinkt zo mooi: 2025. We gaan het eerste kwart van de eerste eeuw van een nieuw millennium afsluiten. Tijdens de algemene ledenvergadering op 22 maart '24 heb ik de betekenis van ons bestaan, toen nog KBO Ulvenhout, benadrukt: Laten we nog meer en beter proberen de ander helpen op te staan, door hem of haar te volgen, te helpen en uit te nodigen voor activiteiten, lezingen en bijeenkomsten waardoor de verbinding gevoeld en beleefd kan worden. Laten we oog hebben voor nabuurschap in de eigen woon- leef omgeving.

Maar die naam van KBO Ulvenhout heeft een nieuwe, levendige en krachtige naam gekregen: Ulvenhout VITAAL. Vitaal met hoofdletters. Het klinkt ook zo levendig. Gisterenavond hoorde ik van een senior in Goirle, die voor zijn levendigheid afhankelijk is van anderen, wat een prachtige naam,,, daar blijf je jong van.

Nieuwe leden.

Een uitdaging. Laten we samen proberen senioren in naaste omgeving te mobiliseren lid te worden. De volgende informatie kan ons daarbij helpen!

Zo nodigen wij jullie uit voor enkele nieuwe projecten:

- Senioren Zelf aan Zet. Praat met elkaar VANDAAG over MORGEN. Dan begint MORGEN NU!
- Valpreventie en de deelname aan een motorische test. Een activiteit in het verlengde van de gezondheidsmarkt die we vorig jaar op 12 april hebben georganiseerd.

Twee projecten die georganiseerd gaan worden in de huiskamer voor ons allemaal: De Pekhoeve.

Naast deze projecten kun je blijven deelnemen of gaan deelnemen aan het jaarprogramma dat bestaat uit de vaste activiteiten door de week heen en de inleidingen die ook dit jaar weer georganiseerd worden. Zo start volgende week donderdag 16 januari een derde reeks over Italië.

En wat te denken van de maandelijkse lunch, vorig jaar een succes geworden, op de laatste woensdag van de maand. Woensdag 29 januari zit de zaal hier weer vol!

Maar even uw aandacht voor de beide projecten, zojuist genoemd.

Wanneer u de ontwikkelingen in het land een beetje volgt zult u het met mij eens zijn dat WONEN en ZORG niet altijd meer een vanzelfsprekendheid zijn.

Te weinig geschikte woningen voor senioren en voor de zorg komen we handen te kort.

Om ons daarvan bewust te maken, maar ook te helpen heeft SeniorenNetwerk Brabant Zeeland financiële middelen ontvangen om het project Senioren Zelf aan Zet te realiseren dichtbij de doelgroep: de senioren in de verschillende afdelingen in Brabant en Zeeland. Zo behoren wij als Ulvenhout Vitaal tot de gelukkigen dat het project ook in Ulvenhout bij ons, dus de leden, gebracht kan worden.

Je kunt deelnemen aan voorlopig drie bijeenkomsten op: maandag 24 maart van 19.00 – 21.30 uur, donderdag 24 april van 19.00 – 21.30 uur en vrijdag 9 mei van 14.00 – 16.30 uur.

Op maandag 24 maart de aftrap die in samenwerking met ons zal worden ingevuld door Myke Voorsluijs van SeniorenNetwerk Brabant Zeeland. Na een inleiding worden we aan het werk gezet om met elkaar in kleine groepen na te denken over wat betekent het dat we vandaag al moeten beginnen om over Morgen na te denken. In het algemeen , maar ook over mijn woonwensen in de toekomst en de veranderende zorg ook in de toekomst

Op donderdag 24 april zoemen we nader in op het thema wonen. Wat te denken van: de veiligheid in en om het huis. Zijn er woonaanpassingen gewenst / noodzakelijk? Heb je al eens nagedacht over verplaatsen en wat vind je dan van meer-generatie- woningen, mantelzorgwoningen en pre-mantel-zorgwoningen

Op vrijdag 9 mei staan we stil bij het thema ZORG. Wat zijn de consequenties van de veranderende regelgeving. Waar kun je als senior WEL, maar NIET meer op rekenen. Hoe denk je over mantelzorg, voorzorgcirkels en nabuurschap. Dan komt mijn opmerking aan het begin weer terug. Hoe kunnen we als Ulvenhout VITAAL een bijdrage leveren aan OOG blijven houden voor elkaar?

De inhoud van de bijeenkomsten wordt ingevuld door deskundigen uit Ulvenhout zelf. Mensen die verstand van zaken hebben en op de hoogte zijn van de situatie in Ulvenhout wanneer het om wonen en/of zorg gaat.

Noteer de data maar, of neem het kaartje mee.

Dan nog even de VAL-preventie. Voorkomen is beter dan genezen. De Gemeente Breda heeft nogal wat geld uitgetrokken om de verschillende delen van de Gemeente een bijdrage te leveren aan het bewustmaken van het belang van VAL-Preventie; je kunt op vrijdag 11 april gaan deelnemen aan een test waaruit duidelijk wordt hoe het met uw algemene BALANS is gesteld en welk gevaar er op de loer ligt om te vallen. Tussen 9.30 en 16.30 uur kunt je in kleine groepen deelnemen aan het programma. Ieder kwartier kan een groepje van 5 personen starten. De uitnodiging ga je ontvangen van de Gemeente. Houd de brievenbus begin maart in de gaten

Tenslotte

Als bestuur hebben we er zin in. Voor de realisatie van de plannen en projecten rekenen we op jullie allemaal. Dan wordt het nieuwe jaar ook iets van en voor ons allemaal. Dat het ons allemaal goed mag gaan en blijven gaan is onze wens. Een gezond en gelukkig 2025 waarin we elkaar niet loslaten en in de gaten blijven houden. Dan wordt 1 + 1 sneller 3 dan twee. Dan voel je ook gedragen door de ander.

Op ons kun je rekenen.!

Dat zeg ik als voorzitter van het bestuur van Ulvenhout Vitaal vol vertrouwen!
Laten we daar het glas op heffen.

Ulvenhout, 10 januari 2025

Henk van der Loo
voorzitter Ulvenhout VITAAL