

## ONS-Limburg bijlage Oktober 2023

### Agenda:

	ViaVia infoloket; ledere woensdagmiddag in de Bibliotheek van 14:00 – 16:00 uur
30 sept	Theatergroep Habbekrats 20:00 uur in het Hoes van Bree
01 okt	Theatergroep Habbekrats 15:00 uur in het Hoes van Bree
04 okt	Eetpunt
12 okt	Kienen
18 okt	Eetpunt
26 okt	Infomiddag/workshop Geheugentraining plus informatie over de Wensbus
27 okt	Dag van de Ouderen
01 nov	Eetpunt
09 nov	Kienen
15 nov	Eetpunt

### Terugblik Korte fietstocht 13 september

Op 13 september verzamelde zich 20 leden bij de Clockenslagh voor een mooie fietstocht door de omgeving. Via t Rooth en De Meeren voerde de tocht ons door Baarlo naar de Maas. Langs de Maas op naar Blerick waar bij "Sur Meuse" genoten werd van een rustpauze met koffie en lekkere vlaai. Door Blerick via de Wassum naar de Boekend waarna langs de zuidzijde van de provinciale weg door Dubbroek teruggefietst werd naar Maasbree. Opnieuw een mooie en gezellige fietstocht waarvoor dank aan de organisatie. Zie een foto-impressie op de website.

### Theatergroep Habbekrats speelt op 30 september en 1 oktober in het Hoes van Bree.

En hoe! Met maar liefst twee eenakters op één avond, samen een avondvullende voorstelling. Hoewel beide eenakters los van elkaar staan, is er wel een verbindend thema: relaties.

In de eerste eenakter, Op Erik!, heeft een weduwe ontdekt dat haar man er een vriendin op nahield. Samen met haar zus en haar vriendin nodigt ze de vriendin uit, om verhaal te halen.

Dat wordt een enerverende ontmoeting, die de vrouwen vooral confronteert met zichzelf.

In de tweede eenakter, een monoloog, bezoekt een al wat oudere weduwe zoals elke week het graf van haar al jaren geleden overleden echtgenoot Frank. Ze heeft hem iets te zeggen.. en dat vindt ze moeilijk.

Te zien op 30 september om 20:00 uur en 1 oktober om 15:00 uur. Kaarten aan de zaal verkrijgbaar.

### 26 oktober Workshop Geheugentraining en informatie over de wensbus.

Sleutels vergeten, wat was nou die boodschap, hoe heette dat nou toch? We krijgen er allemaal vroeg of laat mee te maken. Onthouden gaat niet altijd vanzelf. Bij het ouder worden maken we ons soms zorgen over ons geheugen.

"Hoe komt het dat we dingen vergeten en wat kunnen we eraan doen"

Met behulp van een geheugentraining kunt u de vaardigheden van uw brein oprispen.

U kunt uw brein fit houden door er actief mee aan de slag te gaan.

Het is belangrijk voor uw geheugen dat u steeds weer nieuwe uitdagingen aangaat.

Bij het oprispen van oude vaardigheden en het aangaan van nieuwe uitdagingen maakt u de verbindingen tussen de gebieden in uw brein als het ware wakker.

U ervaart tijdens deze bijeenkomsten, dat het waardevol is, maar ook gezellig kan zijn, om op een ontspannen manier met uw brein aan de slag te gaan.

Tijdens de workshop:

- Ervaart u weer hoe leuk het is om iets nieuws te leren.
- Ontdekt u dat opgeslagen informatie spontaan terugkomt
- Deelt u de ervaringen met mede senioren
- Ontdekt u dat u veel meer kunt dan u dacht.
- Krijgt u tips aangereikt om beter te onthouden.
- Gaat u na een informatief gedeelte actief aan de slag

Voorafgaand aan de workshop wordt er informatie gegeven over de Wensbus Baarlo-Maasbree. Wat is de wensbus, voor wie is de wensbus en hoe kunt u hier gebruik van maken.

Deze middag is gratis evenals een kopje koffie of thee. U bent welkom in het Hoes van Bree en de middag begint om **13:30 uur**.

Aan de workshop kunnen een beperkt aantal personen deelnemen, daarom vragen wij u om aan te melden. Dat kan tot 22 oktober via email [info@kbomaasbree.nl](mailto:info@kbomaasbree.nl) of telefonisch 077-465 1354.

### **“Dag van de Ouderen” 27 oktober 2023**

De KBO Peel en Maas organiseert op 27 oktober a.s. een “Dag voor de Ouderen” van 13:00 tot 18:00 uur. Een middag die toegankelijk is voor ALLE ouderen van de Gemeente Peel en Maas. Zie de bijgevoegde flyer voor meer informatie en hoe u kunt deelnemen.

### **Mantelzorgcompliment 2023**

Vrijdag 10 november is het de Dag van de Mantelzorg. Een mooie dag om alle mantelzorgers in Maasbree in het zonnetje te zetten.

Zorgt een mantelzorger regelmatig thuis voor u of kent u iemand die mantelzorger is vul dan het aanvraagformulier in op [www.mantelzorgpeelenmaas.nl](http://www.mantelzorgpeelenmaas.nl) Lukt het niet om het formulier digitaal in te vullen neem dan op werkdagen tussen 08:30-12:00 uur contact op met Vorkmeer tel. 077 307 7350. Voor een goed verloop van de aanmelding is het van belang de adresgegevens van de mantelzorger bij de hand te hebben én de tekst die op de kaart dient te worden vermeld.

Een aanvraag voor het mantelzorgcompliment kan vanaf begin oktober tot 20 oktober worden gedaan. Laten we samen de mantelzorg een warm hart toe dragen.

### **Leden**

Als nieuwe leden hebben we mw. Mia Grutters-Thijssen, dhr. en mw. Theo en Thea Hendricks en dhr. en mw. Hay en Mia Verstegen mogen inschrijven. Van harte welkom en hopelijk zien we jullie spoedig bij onze activiteiten.

Het volgende Magazine “Ons Limburg” verschijnt 26 oktober 2023.