

*Een nieuw jaar, nieuwe uitdagingen, kansen, bedreigingen en nog veel meer.
Je weet natuurlijk nooit wat 2025 ons gaat brengen maar als bestuur willen wij al onze leden het allerbeste wensen en een zo gezond en vitaal als mogelijk 2025.*

Onze afdeling bestaat 75 jaar en het is de bedoeling om daar in de loop van 2025 bij meerdere activiteiten aandacht aan te besteden.

Verandering op de vrijdagochtend, koersbal en sjoelen.

Het aantal deelnemers aan de koersbal is de laatste tijd wat minder geworden.

Naar verhouding betalen we dus best veel huur voor de grote zaal en daarom willen we deze beter gaan benutten. Onlangs hebben we als Senioren Bavel vijf nieuwe sjoelbakken aangeschaft. En daarom gaan we onze activiteiten voor de vrijdagochtend in de grote zaal van 't Klooster uitbreiden. Naast het spelen van koersbal wordt het ook mogelijk om die ochtend te komen sjoelen. Voor de koersbal werken we nu al met een soort van 'wedstrijdopzet' en voor het sjoelen kunnen we dat natuurlijk ook opzetten zodat er iedere vrijdagochtend een winnaar uitkomt. Kom op 3 en 10 januari op vrijdag 9.30 uur vrijblijvend kijken/meedoen in 't Klooster.

Workshop "Vitaal het jaar rond"

Op vrijdag 17 januari organiseren wij, in samenwerking met Remedica, de workshop "Vitaal het jaar rond" in de grote zaal van 't Klooster in Bavel. De inloop is vanaf 13.30 uur en de workshop begint om 14.00 uur. De beoogde eindtijd is 16.00 uur.

Het is een dynamische workshop waarin we op verschillende manieren en actief met de deelnemers aan de slag met de volgende onderwerpen:

- Buiten in de natuur
- Bewegen & ontspannen
- Voeding & sociale contacten
- Huidbescherming

Tijdens deze workshop is het nooit saai en komt iedereen in actie. Denk aan een quiz die we doen, opdrachten in groepjes, muzikale ondersteuning en een praatspel. We zorgen ervoor dat iedereen mee kan doen.

Aan het einde van deze workshop gaat u naar huis met nieuwe kennis en kunde over positieve gezondheid.

Daarnaast ontvangen de deelnemers vanaf 2025 de Remedica Vitalitybox met ondersteunende materialen om thuis het geleerde in de praktijk te brengen.

De kosten voor deze workshop bedragen 3 euro p.p. en dat is inclusief een kopje koffie of thee in de pauze.



U kunt zich aanmelden voor deze workshop bij secretariaat@seniorenbavel.nl of door het deponeren van een briefje (met het geld) in onze brievenbus bij 't Klooster. Er is ruimte voor maximaal 50 deelnemers. Het geld is over te maken op bankrekeningnummer: NL92 RABO 0104 6046 54 t.n.v. KBO Bavel te Bavel. O.v.v. workshop Vitaal.

(voorlopig) Jaarprogramma 2025

Vet gedrukte activiteiten staan al vast, voor sommige moet nog een datum gepland worden. Nadere informatie volgt te zijner tijd.

Maand	datum	Activiteit:	Bijzonderheden:
Jan	17	Workshop "Vitaal het jaar rond"	Klooster, aanvang 14.00 uur
Feb	21	Algemene Leden Vergadering en viering 75 jarig bestaan	'feestelijke' lunch en ALV
Mrt	Za. 1	Carnavalsmiddag (samen met Surplus, de Zonnebloem en Villa Groot Brabant)	Klooster
	Za. 29	Korenmiddag	Klooster
Apr	Za. 26	Oranjabingo Koningsdag	Klooster
Mei	Do. 15	Bezoek Trayplant	middag
Jun		Bezoek Kersenhof Raamsdonk	
Jul		Terrasconcert t.g.v. 75 jarig bestaan	Bij Fabels ??
Aug			
Sept	??	Noten rapen in Steenberg	
	di. 30	Kermismiddag	
Okt		Biesbosch rondvaart (stampotbuffet) ??	
Nov		Bezoek museum Soet & Vermaeck in Hilvarenbeek ??	
Dec	Vr. 12	Kerstbijeekoms	
Dec	Vr. 19	Kerststukje maken	

<p>Geslaagde Kerstviering 13 dec 2024</p>			
-------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------

Onze “vaste” activiteiten in t Klooster:

Biljarten	maandag-, dinsdag-, woensdag-, donderdagochtend	9.00 – 12.00 uur
Rikken	maandagmiddag	13.30 – 16.30 uur
Koersbal	vrijdagochtend	9.30 -11.30 uur
Sjoelen	vrijdagochtend	9.30 – 11.30 uur
Hobbyclub	vrijdagmiddag	13.30 – 15.30 uur
Koorrepetitie	vrijdagmiddag	13.45 – 15.45 uur
Bingo	woensdagmiddag	13.30 – 15.30 uur 29 jan, 26 feb, 26 mrt, 23 apr, 28 mei, 25 jun, 9 jul, 27 aug, 24 sep, 22 okt, 26 nov
Wandelen	tweede donderdag van de maand. Aanmelden hoeft niet, gewoon om 12.45 uur bij de Huif zijn. Hele jaar door.	
Fietsen	laatste donderdag van de maanden april t/m oktober. Aanmelden hoeft niet, gewoon om 13.00 uur bij de Huif zijn.	

Activiteitenprogramma van het 't Klooster

- **Elke dinsdag en donderdag 10.00 – 12.00 uur**
Inloop koffie-ochtend in de kloosterkamer, gratis entree.
- **Expositie olieverf op doek**
T/m februari kun je de schilderijen van Rick van der Heijden, Naomi & Rombout Pinksteren zien in 't Klooster.
- **Biljarten in Dorpshuis 't Klooster na 1 januari 2025**
Voor €4,25 kun je gedurende twee uur gebruik maken van het biljart in zaal 0.2 van 't Klooster. De prijs is inclusief een kopje koffie/thee/fris.
Ben je lid van Senioren Bavel dan krijg je 10% korting. De prijs voor twee uur biljarten is dan €3,80. Wil je geen consumptie dan is de prijs € 2,50 per 2 uur. Je kunt van te voren bij Martin of Corrie reserveren. Of je loopt binnen om te kijken of het biljart vrij is. Iedere maandag-, dinsdag-, woensdag- en donderdagmorgen is het biljart gereserveerd door de biljartvereniging van Senioren Bavel.



Goed om te weten:

Keuring Rijbewijs: Dr. Hoogmoed, Nieuwe Dreef 39 Ulvenhout, tel. 076 – 56 12 888 of bij de huisartsen van De Tolakker.

SURPLUS: Wijkzuster Bettina te bereiken op nr. 06-22441433 en bij g.g. 06-34953840 (Richard)

THEBE wijkverpleging: Tolakker 3c in Bavel, is te bereiken via 088-1177430 of via de website: www.thebe.nl/zorg-thuis/buurtteams/

Vereniging vrijwillige Hulpdienst Ulvenhout-Bavel:
contactpersoon is Toos Vermulst 06-23093585.
Website: www.hulpdienst-ulvenhout-bavel.nl

En voor de liefhebbers weer een puzzel.

vaandel	▼	heling	▼	hoog- bouw	▼	opbrengst	5	om die reden	▼
dodelijk		vat						roem	
4	▶					één en ander	▶		
zand- heuvel	▶			pl. in Ghana	▶				
tijdsmaat				universal serial bus	▼				
	▼					8	voordat		
							meterlon		
grafvaas		dominee	▶			plechtige gelofte	▶	leger	2
	▼	mytho- logische figuur							
			dieren- geluid	▶			mak		
			tennis- term	▶			deel v.h. been		
vrucht	dieren- geluid			wild zwijn	▶				pl. in Friesland
	deel v.e. auto			behoefstig mens	▶				
	▼	6					motor- schip		
							klomp vlees		
kelner	▶					ont- schorsen	▶		
vragend vwv.									
	▼		tennis- term			telwoord	▶		
						pl. in Frankrijk			
regel- maat		droog (van wijn)	▶					vuur- wapen	telwoord
		hetzelfde							
	▼			rookgerei	▶				
				hemel- lichaam	▶				1
bruids- schat	▶	3						com- pagnon	blijkens de akten
voor- zetsel									
	▼		pseudo	▶					
klank	▶					rekening	7		

© www.puzzelpro.nl

1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---

Onder de goede inzenders wordt een prijs verloot.

Antwoord mailen naar secretariaat@seniorenbavel.nl of een briefje in de bekende brievenbus in 't Klooster. Uiterste inleverdatum is vrijdag 17 januari 2025.

Secretariaat: Tel.: 06 45960276

Mailadres: secretariaat@seniorenbavel.nl

Website: www.kbobavel.nl

Activiteiten januari 2025



maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag	zondag
30	31	1	2	3	4	5
			09.00 biljarten	09.30 koersbal sjoelen 13.30 hobbyclub 13.45 koorrepetitie		
6	7	8	9	10	11	12
09.00 biljarten 13.30 rikken	09.00 biljarten	09.00 biljarten	09.00 biljarten 12.45 wandelen vertrek bij de Huif	09.30 koersbal sjoelen 13.30 hobbyclub 13.45 koorrepetitie		
13	14	15	16	17	18	19
09.00 biljarten 13.30 rikken	09.00 biljarten	09.00 biljarten	09.00 biljarten	09.30 koersbal sjoelen 13.30 hobbyclub 14.00-15.30 uur Vitaal het jaar rond		
20	21	22	23	24	25	26
09.00 biljarten 13.30 rikken	09.00 biljarten	09.00 biljarten	09.00 biljarten	09.30 koersbal sjoelen 13.30 hobbyclub 13.45 koorrepetitie		
27	28	29	30	31	1	2
09.00 biljarten 13.30 rikken	09.00 biljarten	09.00 biljarten 13.30 bingo	09.00 biljarten Bezorging ONS	09.30 koersbal sjoelen 13.30 hobbyclub 13.45 koorrepetitie		