

Nieuwsbrief voor KBO afdelingsbesturen 2025 -1

Geachte bestuursleden,

De eerste maand van 2025 is weer voorbij. We hopen dat u het nieuwe jaar goed bent begonnen en ook weer vol energie voor de leden van de KBO aan de slag bent. Een opsteker in dit kader is dan het artikel over de bewezen positieve effecten van het doen van vrijwilligerswerk op de gezondheid. Ik deel ze nog eens graag.

1. Verbeterde fysieke en mentale gezondheid
2. Verhoogd gevoel van betekenis en zelfwaardering
3. Verbeterde sociale interacties en relaties
4. Brede maatschappelijke betrokkenheid en een bijdrage aan het algemene welzijn van zowel de vrijwilligers als de personen die worden geholpen.

Ik hoop van harte dat u deze prettige effecten ook ervaart. Wij zijn in ieder geval ontzettend blij met uw inzet!

In deze nieuwsbrief voor besturen delen we graag de laatste ontwikkelingen met u. Heeft u vragen, neem gerust contact met ons op!

Simone Gerono-van Bun

Directeur KBO-Limburg

Opleiding voor ouderenadviseurs

In het voorjaar 2025 start bij KBO Limburg weer de opleiding voor ouderenadviseurs. Het gaat om een traject van zes bijeenkomsten waarin een breed scala aan onderwerpen aan bod komt, maar waarbij vooral het met elkaar aan de slag gaan (gesprekstechnieken) een belangrijk onderdeel is.

We vragen u binnen uw eigen afdeling te polsen of er interesse is voor deelname aan deze training. Deelname is gratis voor leden van de KBO.

Het afgelopen jaar zagen we dat er voorafgaand aan de opleiding vragen zijn bij de nieuwe cursisten. Speciaal daarvoor houden we een oriëntatiebijeenkomst om op die vragen een antwoord te kunnen geven en om alvast een eerste indruk te geven.

Save the date

Deze oriëntatiebijeenkomst vindt plaats op: **Maandag 10 maart 2025 om 10.00 uur**

Locatie: Baexheimerhof, Kerkstraat 1a, 6095 BD Baexem

Als er leden vanuit uw afdeling willen aansluiten op 10 maart, dan horen we dat graag **voor 1 maart** a.s. via info@kbolimburg.nl

Start nieuwe opleiding:

De data voor de nieuwe opleiding zijn ook al bekend: vrijdag 4, 11, 18, 25 april, 2 en 9 mei 2025. De locatie is nog niet bekend. De trainingdagen zijn van 9.30 tot ca 14.30

uur (inclusief lunch). Elke deelnemer ontvangt een cursusboek. We sluiten de opleiding af met een certificaatuitreiking.

Zijn er naar aanleiding van deze mail nog vragen, dan kunt u contact opnemen met Marjo Daniels (06-18210982 of marjo.daniels@kbolimburg.nl).

Juridische helpdesk

De juridische helpdesk is sinds 1 oktober operationeel. Onze twaalf adviseurs hebben in deze korte periode al meer dan 30 adviesverzoeken behandeld. Veel afdelingen hebben om een tekst gevraagd die ze kunnen gebruiken in hun eigen communicatiekanalen. We vinden het fijn wanneer u onderstaande tekst met uw leden deelt, zodat alle leden de juridische helpdesk kennen en er een beroep op kunnen doen.

Nieuw: Juridische Helpdesk bij KBO Limburg

Op 1 oktober 2024 is de juridische helpdesk van KBO Limburg van start gegaan. De helpdesk bestaat uit een team van twaalf juristen, rechters, pensioenexperts, notaris en WMO deskundigen). Zij zetten na hun pensioen vrijwillig hun kennis en expertise in voor de **leden** van KBO Limburg. Deze experts adviseren de KBO-leden bij juridische, notariële of overheidskwesties. Ook is er deskundigheid bij de helpdesk over pensioenen, hypotheek en verzekeringen.

Heeft u een vraag waar u wel wat advies bij kunt gebruiken? Neem dan contact op met KBO Limburg. Mail info@kbolimburg.nl of telefonisch 0475 - 38 17 40 op maandag t/m donderdag tussen 9.00 en 12.30 uur



Postbezorging ONS

Bij de meeste leden van de KBO-afdelingen wordt het ONS ledenmagazine in de brievenbus bezorgd door vrijwilligers. Bij een aantal leden lukt dat echter niet en wordt de ONS per post bezorgd. Onze uitgever heeft een speciale regeling kunnen treffen om de verzendkosten zo laag mogelijk te houden. Deze kosten zijn voor 2025 geïndexeerd. De postbezorging per stuk bedraagt voor 2025: € 0,86 cent per magazine en valt dan een week nadat de ONS bij de afdelingen bezorgd wordt, in de brievenbus. Uw afdeling ontvangt hiervoor een rekening.

Trakteert u mee op een Vrijheidsmaaltijd?

Op 5 mei worden door heel Nederland en het Caribisch deel van het Koninkrijk Vrijheidsmaaltijden georganiseerd, een mooie traditie om samen de vrijheid te vieren. Organisatoren van een maaltijd krijgen zowel de blikken Vrijheidssoep, als posters, placemats en gesprekskaartjes gratis.

De maaltijden zijn er in allerlei vormen en maten. Van gezellig met burens tot in de bibliotheek of buurthuis; alles mag. Ze hebben één gemeenschappelijk doel: een bijzondere ontmoeting aan de eettafel, waarbij de thema's vrijheid, onvrijheid en verbinding centraal staan.

Het lustrum 80 jaar vrijheid (2024-2025) is een extra reden om hier in 2025 met zijn allen aan deel te nemen. Een mooie activiteit om in uw KBO-afdeling aandacht aan te besteden.

Meer informatie over de Vrijheidsmaaltijden vindt u op [De Vrijheidsmaaltijd](https://www.4en5mei.nl/vieren/vrijheidsmaaltijden/aanmelden). en <https://www.4en5mei.nl/vieren/vrijheidsmaaltijden/aanmelden>.



Fotograaf: Tom Hilliges

Senioren Zelf aan Zet

Op 27 januari jongstleden was er veel aandacht in de Limburger voor ons project Senioren Zelf aan Zet. Het is een belangrijk project waarin de bewustwording ten aanzien van wonen, zorg en welzijn centraal staat, evenals de noodzaak om vandaag over morgen te praten.

In minder dan negen maanden hebben maar liefst vijftig KBO-afdelingen hierover al informatie aangevraagd en bij 31 afdelingen zijn er bijeenkomsten geweest. Heeft uw afdeling belangstelling om met dit project aan de slag te gaan? Wacht dan niet te lang!

In uw agenda

Belangrijke data om alvast in uw agenda te noteren:

Algemene ledenvergadering 11 juni in Baexem, aanvang 9.30 uur

Regio-overleggen ter voorbereiding voor de Algemene Ledenvergadering

- Regio Horst - Venray 7-5-2025 om 9.30 uur
- Regio Gennep 7-5-2025 om 14 uur
- Regio Peel en Maas/ Regio Venlo 8-5-2025 om 13.30 uur
- Regio Midden-Limburg 12-5-2025 om 13.30 uur
- Regio Zuid Limburg: 12 mei om 9.30 uur (ovb)
- Voor de regio's Zuid-Limburg en Westelijke Mijnstreek volgen de data z.s.m.
- Regio westelijke mijnstreek 13 mei om 10 uur (ovb)

De locaties van de regio overleggen vindt u in de definitieve uitnodiging.

Op zoek naar financieringsmogelijkheden voor een lokaal initiatief?

Kom dan op **woensdag 19 maart 2025 naar het BuurtBooster Festival & Fondsenplein 2025,**

Locatie: Weerstand, Bredeweg 10, 6042 GG Roermond

Tijd: 14.30 – 21.00 uur (inloop vanaf 14.00 uur)

Hier hoor je hoe je (financiële) ondersteuning kunt krijgen bij je idee of je project. Je komt in contact met de juiste mensen om jouw project tot een succes te maken.

Provincie Limburg organiseert deze informatieve bijeenkomst samen met Burgerkracht Limburg, Katalys, VKKL, Spil in de Wijk (waar KBO Limburg bij aangesloten is) én Huis voor de Kunsten om leefbaarheidsprojecten onder de aandacht te brengen en ideeën die er zijn verder uit te werken.

Naast het welbekende Fondsenplein zijn er interessante sprekers, workshops, een excursie in de wijk, een muzikale omlijsting en natuurlijk hapjes en drankjes.

Wat kun je verwachten?

- 14:30 uur: Toelichting op het nieuwe leefbaarheidsfonds van de provincie en de samenwerking met de organisatoren van het fondsenplein.
- 15:30 - 21:00 uur

- Fondsenplein (15.30 uur): Ontmoet en ga in gesprek met aanwezige fondsen. Waaronder dit jaar ook het nieuwe leefbaarheidsfonds.
- Workshops (45 min): Praktische sessies over fondsenwerving en projectontwikkeling.
- Presentaties (20 min): Korte, inspirerende bijdragen van experts en initiatiefnemers.

Met zowel een middag- als avondprogramma krijgt iedereen ruime mogelijkheden om deel te nemen.

27 maart 2025: het gezellige S.O.B. Seniorenmatinee Venloop

Op de donderdag van de Venloopweek worden de senioren weer in het zonnetje gezet tijdens het S.O.B. Seniorenmatinee. In samenwerking met KBO Limburg en S.O.B. Venlo staat er een goed gevuld programma op de planning. Deze 'beleefdag' voor senioren bevat een actief maar zeker ook een informatief karakter, maar bovenal zult u de hele middag worden vermaakt. Kortom, een dag van gezellig samenzijn!

Zet alvast in uw agenda:

Datum: 27 maart 2025

Locatie: Ewals Cargo Care Paviljoen, Julianapark Venlo

Tijdstip: 12:30 - 16:00 uur

Entree: €7,50 - Inclusief koffie, vlaai & gezelligheid
(€1,50 korting voor leden van KBO Limburg)

Gratis openbaar vervoer met Arriva.

Aanmelden

Aanmelden kan via de website www.venloop.nl/extra/seniorenmatinee .

Indien u iets wilt delen dat ook voor andere afdelingen interessant is; of u heeft andere opmerkingen of suggesties? We ontvangen graag uw **bericht**.