



Voorzitter .. Adrie Laan ..... ☎ 515802

Secretariaat Janke de Boer.... ☎ 852965

Penningmeester ..... Nico Bakker ☎ 515893 Rabobank NL83 RABO 0310 0514 95

Zie voor meer nieuws de website [www.kbobovenkarspel.nl](http://www.kbobovenkarspel.nl)

## Bericht vanuit het bestuur

Nog steeds worden we dagelijks geconfronteerd via de media over de besmettingen en de nieuwe varianten van het coronavirus. De hele wereld staat in brand en de economie wordt overal keihard geraakt. Onze ondernemers die de basis zijn van onze welvaart hebben het heel moeilijk.

We leven in een tijd van mondkapjes, afstand houden, geen handen schudden, handen wassen, één persoon op bezoek, een avondklok en nu eindelijk ook vaccineren.

De ouderen worden na de artsen, de kwetsbare medemens en de zorgmedewerkers opgeroepen op basis van leeftijd.

Van een van onze leden heb ik vernomen dat de vaccinatie tegen corona op basis van leeftijd in Purmerend of Alkmaar kon plaatsvinden. In welke wereld leven we nu eigenlijk? Een echtpaar met verschillende leeftijden moet dus twee keer vervoer regelen voor een prik.

Helaas zijn ook diversen van onze leden besmet geraakt en enkelen zijn hieraan overleden.

We wensen iedereen heel veel sterkte, hou vol, want er komen vast weer betere tijden.

## Winterperiode

Een heel korte periode konden velen weer een beetje genieten van het winterweer. Vorst, sneeuw, schaatsen en de slee met kinderen gaf voor velen een welkome afleiding.

Voor de ouderen niet altijd makkelijk door de gladheid, maar wel een mooie afwisseling. Gelukkig komt het voorjaar er aan en kunnen we straks weer genieten van de zon.

We hopen dat het betere weer straks ook een positieve uitwerking heeft op de coronavirus.



## Jaarprogramma 2021

Reeds eerder hebben we gemeld dat het jaarprogramma van 2021 gereed is, maar dat we vanwege de onzekere tijden dit nog niet kunnen delen.

De horeca is nog gesloten, dus zijn het paaskien en de jaarvergadering vervallen. Maar als er weer mogelijkheden zijn, ook al is het met een kleine groep, dan laten we het zo spoedig mogelijk weten.

## Tips om gezond te blijven

- Ga zoveel mogelijk iedere dag naar buiten en wandel of beweeg minimaal een uur per dag.
- Eet gezond, eet gevarieerd en onderhoud uw sociale contacten mondeling of per telefoon.
- Kijk naar elkaar om en probeer stress zoveel mogelijk te vermijden
- Blijf positief, ook al is het wel eens moeilijk, want dat is het beste medicijn!

