

3° Regionale **DAGREIS HASPENGOUW** en Sint-Truiden op dinsdag 26 april

De daguitstap naar de mooiste bloesemstreek van het land.

- Programma:**
- vertrek uit Brugge ±7.30u. (vanaf 12 personen ook uit Westkapelle)
 - aankomst: koffie met appelkoek, waarna gegendste wandeling in St.-Truiden
 - middag: 3-gangenmenu
 - namiddag: met car door het golvend 'bebloemd' landschap met gidsbeurt in fruitbedrijf-met-proevertjes

Prijs: € 63,50 (niet inbegrepen: dranken en eventuele stop in terugrit)

INSCHRIJVING TEGEN 12 FEBRUARI; betaling eind februari.



4° GOED NIEUWS voor **LIJNDANS** !

De gedreven en bedreven instructie neemt Vera Taveirne weer op zich.

De activiteiten gaan weer door op **donderdagvoormiddag** (gepland van 9.30u.-11.00u.) **vanaf maart.**

De locatie wordt de «**NIEUWE RAVELINGEN**» naast station Heist.

Al wie graag lijndanst, spreekt dus onderling af voor vervoer.

Bij deze nieuwe start worden afspraken samen met Vera overlegd.



Hulp nodig ? Contacteer Simone.

5° ONDERSTEUNING DOOR **FAMILIE**



Voor de **wekelijkse senioren gym** is er al flink wat belangstelling, maarrrrr... **een coördinator wordt gezocht,**

om de praktischere taakjes op zich te nemen (deur zaal tijdig openen en sluiten en eventueel verwarming aan en uit, de inschrijving leden en data bijhouden, indien nodig vooraf verwittigen, eventuele 'pauze' coördineren,...

Kortom: aanspreekpunt zijn.). Naam opgeven aan Simone of Daniël (zie strook)

Indien dit lukt, dan kan de gym van start gaan.

=====



HOUD DIT IN HET OOG !



=====

De **fietsactiviteiten** starten op **dinsdag 12 april om 13.30u.**

Zorg dat de fiets tegen dan 100% in orde is. In volgende nieuwsbrief meer hierover.

Ook voor **petanque en zelfs wandelen** staan de "deuren" open.

Sluit je niet op. Meer info nodig ? Neem contact ! Zie gekleurd strookje;

Bewegen als senior is ENORM belangrijk! Lukt beter SAMEN !



=====

Poëziewandeling – donderdag 3 maart – Brugge – Okralid € 1,50

Organisatie Okra Regio Brugge. Start: Grootseminarie, Potterierei 72 met uitgepijld wandeling (± 4 km) met voorlezers langs Brugse buurten en parkjes.

Nadien kans voor warme maaltijd (€ 17,00: apero, soep, dag- schotel, dessert, water-iets anders = extra). Inschrijven via Simone, ten laatste 24 februari.

=====

Nog reisplannen als 55+ -er in groep ? Contacteer Simone. Ook brochure te verkrijgen bij haar.

=====

Ook samenwerking met Dienstencentrum Den Hoek

Westkapellestraat 454-8300 Knokke-Heist– 050/62 58 27

ldc.denhoek@curando.be. Meer info na te vragen.



Graag samen met jou op stap om onze werking uit te bouwen!

Kom gerust langs met je ideeën en vragen, onze deur staat altijd open!

Geen zin om te koken of alleen te eten? Ook niet in het weekend ?

Dan heb je kans om alle dagen een verse maaltijd te nuttigen. Iedereen welkom.

Voor € 12,00 heb je dagverse soep, hoofdgerecht, dessert en water (andere = extra). Start om 12u..

Enige voorwaarde: 2dagen vooraf verwittigen.