

JAARGANG 12, NUMMER 5

juni 2021

### **Activiteiten**

Met ingang van 26 juni zijn de coronamaatregelen verder versoepeld. De teruggang in het aantal besmettingen is mede te danken aan het vaccin dat nu voor alle volwassenen beschikbaar is. Wij zijn erg blij met deze mogelijkheid om gezondheidsschade voor onszelf en anderen te voorkomen of te verminderen. Maak gebruik van deze mogelijkheid.

De volgende basismaatregelen blijven nog gelden, ook bij onze activiteiten:

- Houd 1,5 meter afstand.
- Was vaak je handen. Hoest en nies in je elleboog.
- Klachten? Blijf thuis en laat je direct testen.

Wij vertrouwen erop dat iedereen zijn verantwoordelijkheid neemt en zich aan de gevraagde maatregelen zal houden. Wees voorzichtig en geef elkaar de ruimte!

### **Beweegactiviteiten**

De meeste beweegactiviteiten zijn inmiddels gestart. De deelnemers hebben hiervan persoonlijk bericht ontvangen.

Helaas is er nog geen docent gevonden voor het MBvO (gym). Wij werken er hard aan om zo spoedig mogelijk te kunnen beginnen.

Voor het volksdansen moeten we nog wachten op het loslaten van de 1,5 m maatregel. Zodra het weer kan, hoort u van ons.

### **Soos**

De soos gaat weer van start op dinsdag 6 juli. Wij zien u graag vanaf 13.30 uur in D'n Haammaeker. Bent u nog nooit geweest, maar kunt u wel wat gezelligheid gebruiken? Kom gerust eens kijken.

Er worden diverse kaartspellen gespeeld, niet in wedstrijd- of competitieverband.

Op dinsdagmiddag is er ook gelegenheid om te handwerken of gewoon een praatje te maken. U bent van harte welkom.

### **Maandelijks diner**

Het gezamenlijk diner van juli wordt -vanwege de afstandsnormen- gehouden in Gemeenschapshuis D'n Haammaeker en vindt plaats op donderdag 8 juli 2021, aanvang 12.00 uur.

Het diner wordt verzorgd door catering De Eyk uit Buggenum en bestaat uit: Groentesoep met balletjes, runderpoulet, rode kool met appeltjes, rösti's, salade en een verrassingstoetje.

Wij vragen u om de consumpties voor eigen rekening te nemen.

Aanmelding: In verband met de nog geldende coronaregels alleen telefonisch bij El Geelen, Vlaas 15, tel 0475 491740 of 06 2536 3859. Aanmelden vóór zondag 4 juli.

De kosten zijn € 12- per persoon. U kunt betalen op de donderdag bij het eten.

### Kienen

Een activiteit waar veel mensen naar uitgekeken hebben, is het kienen. Vanwege de afstandsnorm kan dit niet tegelijk met de soos en moeten we uitwijken naar een andere dag: dit is woensdag. De eerste kienmiddag is op **woensdag** 21 juli om 13.30 uur. Zoals altijd wordt er weer voor mooie prijzen gezorgd. Ook niet-leden zijn van harte welkom.

### In memoriam

Wij noemen de naam van Tiny Maas-Derikx, die in de afgelopen tijd is overleden.

### Langer mentaal fit blijven door een taal te leren?

Cursisten gezocht (65-85 jaar) voor een gratis online cursus Engels. Sommige mensen ervaren geheugenproblemen of stemmingsklachten op latere leeftijd. Onderzoek heeft laten zien dat actief zijn op latere leeftijd belangrijk is voor de mentale fitheid. Maar kan het leren van een taal, bijvoorbeeld Engels, ook helpen geheugen- en stemmingsklachten tegen te gaan? Het CogFlex onderzoeksteam van de Rijksuniversiteit Groningen zoekt dit uit.

De onderzoekers zijn op zoek naar senioren met geheugenproblemen of stemmingsklachten die mee willen doen! Verder is het belangrijk dat zij in het dagelijks leven vooral Nederlands spreken en niet zo goed zijn in Engels. De start is in oktober 2021. Heeft u interesse? Meer informatie vindt u op onze website.

### Agenda:

Vanaf dinsdag 6 juli:	13.30 uur Soos en gezellig samenzijn in D'n Haammaeker
Woensdag 7 juli:	9.00 uur H. Mis in het Parochiehuis
Donderdag 8 juli:	12.00 uur Gezamenlijk diner in D'n Haammaeker
Woensdag 21 juli:	13.30 uur Kienen in D'n Haammaeker
Woensdag 4 augustus	H. Mis in het Parochiehuis
Donderdag 12 augustus	12.00 uur gezamenlijk diner in D'n Haammaeker, verzorgd door Chinees restaurant Hong Kong uit Roggel
Woensdag 18 augustus	13.30 uur Kienen in D'n Haammaeker

### Zorg goed voor elkaar en blijf gezond!