

JAARGANG 13, NUMMER 9

september 2022

Korte wandelingen op 5 en 19 oktober

Onze eerste korte wandeling op 21 september was een succes. Wij gaan hier dus mee door op de woensdagmiddag. De eerstvolgende wandelingen zijn op 5 en 19 oktober.

Vertrek is om 14.00 uur bij de Friedese Molen. Heeft u nog vragen? Of heeft u interesse in een wandeling met uw rollator? Dan kunt u contact opnemen met Ellen Houben - van Lier, 0475-462822. Opgeve is niet nodig! U bent er gewoon als u mee wilt wandelen.

Maandelijks diner op 13 oktober

Herfst; tijd voor een herfstmaaltijd. Op 13 oktober serveren wij: pompoensoep, rode kool met runderstooflappen en aardappelpuree. Als toetje nog heerlijke stoofpeertjesbavarois.

Het diner wordt verzorgd door Marjo Stammen van D'n Haammaeker.

Aanvang 12.00 uur in Gemeenschapshuis D'n Haammaeker. De eigen bijdrage is 12 euro.

Opgeven: **uiterlijk 7 oktober 2022** bij El Geelen, tel. **06 2536 3859**.

Kienen op 18 oktober

Op 18 oktober is weer onze maandelijkse kienmiddag in Gemeenschapshuis D'n Haammaeker.

Zoals gebruikelijk zijn er weer leuke prijzen te winnen, zoals de heerlijke plats van Christine

Ook niet-leden zijn welkom, dus breng gerust uw familie of kennissen mee. Aanvang 13.30 uur.

Bezoek aan "Beijlshof Landart Manifestatie" op 19 oktober.

Bij voldoende belangstelling brengen wij op 19 oktober een bezoek aan deze groots opgezette manifestatie in Heythuysen. Wij vertrekken gezamenlijk vanaf de parkeerplaats aan de Steeg/Goot om 13.30 uur; met goed weer per fiets, anders met de auto.

Wij worden rondgeleid langs een grote buitenexpositie van in de natuur gecreëerde kunstwerken, het jeugdproject 'Fantasiedieren' en een historische tentoonstelling over de relatie van Beijlshof (en andere boerenhoeven) met de Graven van Horne.

Uw bijdrage voor dit bezoek met rondleiding, inclusief koffie of thee met gebak bedraagt € 5,-- p.p.

Opgeven **uiterlijk 10 oktober** as. bij Annie Hesen, tel. 0475-593173 of 06-51251514.

Bijeenkomst Alzheimer Café

25 oktober 2022 van 19.30-21.00 uur is er een bijeenkomst van het Alzheimer Café in Zorgcentrum Beek en Bos in Heythuysen. Inloop vanaf 19.00 uur. De toegang is gratis.

Het thema is "Diagnose dementie; Wat nu?"

Na de diagnose ontstaan er veel vragen, zowel bij de persoon met dementie als bij de mantelzorgers.

Wat gaat er allemaal op ons afkomen?

Gastprekers: Casemanagement Dementie van Hulp bij Dementie en GZ Psycholoog

Bezoek aan Risk Factory Noord-Limburg

Op woensdagmiddag 26 oktober brengen we met de bus een bezoek aan de Risk-Factory in Venlo. De Risk Factory Limburg-Noord biedt de mogelijkheid om de risico's op het gebied van gezondheid en veiligheid actief te beleven. Met realistische en interactieve scenario's, zoals brandgevaar, internetgebruik, verkeersveiligheid, contact met hulpdiensten en het belang van positieve gezondheid, ervaart u (on)gezondheid en (on)veiligheid én leert u hoe te handelen. Levensechte ervaringen veranderen de kijk op risico's. Als het er echt op aankomt weet u dan de juiste beslissingen te nemen.

De bus vertrekt vanaf de parkeerplaats Steeg/Goot om 12.20 uur; het programma duurt van 13.00 tot 16.00 uur. De kosten zijn € 12,50 p.p.

Opgeven **uiterlijk 10 oktober** as. bij Annie Hesen, tel. 0475-593173 of 06-51251514

Agenda

zaterdag	1 oktober	Dag van de Ouderen
woensdag	5 oktober	H. Mis
woensdag	5 oktober	Korte wandeling vanaf de Friedese Molen, start 14.00 uur
donderdag	13 oktober	Gezamenlijk diner
dinsdag	18 oktober	Kienen
woensdag	19 oktober	Korte wandeling vanaf de Friedese Molen, start 14.00 uur
woensdag	19 oktober	Bezoek aan Beijlshof Landart Manifestatie, vertrek om 13.30 uur vanaf parkeerplaats Steeg/Goot
dinsdag	25 oktober	Alzheimer Café in Zorgcentrum Beek en Bos
woensdag	26 oktober	Bezoek aan Risk Factory in Venlo, vertrek om 12.20 uur vanaf parkeerplaats steeg/Goot
zaterdag	29 oktober	Lange afstandswandeling informatie en opgeven bij Ria Wolter, tel. 592780

Bewaar deze nieuwsbrief!

U heeft dan altijd de agenda bij de hand.