

**Donderdag 12 januari thema-avond:
Fysiotherapie is meer dan alleen masseren.**

Dhr. Harry Hermans uit Munstergeleen, fysiotherapeut, zal deze leerzame en interactieve lezing voor ons verzorgen. Dit alles in het kader van het symposium dat ZijActief Limburg organiseerde in 2011 "Hart voor de Vrouw". Het gaat over de rol van de therapeut in behandeling van cardiovasculaire aandoeningen, en zijn begeleiding en coaching hierbij.

Neem gerust een vriendin of buurvrouw mee naar deze bijeenkomst. Geef dit wel even aan bij aanmelding zodat wij weten hoeveel stoelen dat er moeten worden klaargezet!

Plaats: Ontmoetingscentrum Bingelrade

Tijd: 19.30 uur

Kosten: voor leden geen, voor niet-leden € 3,00. Verder alleen uw gebruikte consumptie.

Opgave: voor 5 januari a.s.

Vrijdag 13 januari Wandelen

Vertrek om 13.30 uur aan het ontmoetingscentrum te Bingelrade. Iedereen die wil bewegen, ook niet leden zijn welkom!

Maandag 23 januari thema-avond: Hersenen

Deze activiteit wordt georganiseerd door kring Zuiderpoort waartoe wij behoren. Op dit moment weet ik nog niet de inhoud van de lezing, de begintijd en de plaats waar het plaatsvindt. Maar je kunt je wel al hiervoor opgeven. Geef ook aan of je met de auto gaat of mee wilt rijden. De verder info krijg je dan later te horen/zien.

Opgave: voor 5 januari a.s.

Kosten: nog niet bekend.

Woensdag 25 januari Petanque

Een sportieve activiteit! Het eeuwenoude jeu de boules gaan we spelen in de Boulodrome te Varenbeukerweg 44 te Heerlen. Onder het genot van een drankje en hapje gaan we het spel spelen. Ook je partner/ vriend/vriendin is uitgenodigd.

Vertrek: om 19.00 uur aan het Ontmoetingscentrum Kosten: voor leden € 7,00 , leden met partner/vriend/vriendin € 14,00 (incl. hapje en 1 drankje). Binnenbanen en toilet zijn rolstoeltoegankelijk.

Opgave en betaling voor 5 januari a.s. en geef ook aan als je met de auto andere leden wilt meenemen.

Woensdag 1 februari Jaarvergadering

De uitnodiging en agenda van deze vergadering krijgt u later. Maar reserveer alvast deze avond!

Samen met een optreden van Just4Fun uit Helden wordt dit een geweldige "jubileumjaarvergadering".

Opgave en betaling voor deze activiteiten bij Mia Kuijpers tel. 046-4424398, Beukenstraat 6 te Bingelrade.

Tot ziens!

Het bestuur.