



## NIEUWSBRIEF JANUARI 2012

### 'GEZOND HET NIEUWE JAAR IN'

#### **Wie wil:**

-iets **koken** voor het eetcafé op 19 januari (voor ongeveer 9 personen?)

Opgeven mét tel. nr.

-meer **gezond-bewegen** in 2012? Geef je op voor 1 van de proeflessen as. dinsdag

-in een **lunchcommissie** die eens per maand 1 lunch organiseert voor ong. 45 personen

-in een **liefen-leed commissie** (ongeveer 4 vrouwen)

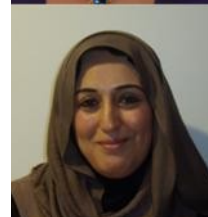
-**computerlessen**? 7 weken x 2 uur les met andere vrouwen.

-**chinese massage en accupunctuur** bij Hong? Bel 06-13598670

-een gesprek met de **psycholoog**? Bel Veronica 06-3942704

-zingen in het **koor 'Alle Tonen'**? Bel Maria José, 249630 voor info

-**klusjes** doen voor het VC of een mobiel groot **schoolbord** regelen?



#### dinsdagen

19.00-21.00

**Naailes** olv Christine.

19.00-20.00/

**Beweeg&Balans** (yoga). Vél aanmeldingen al, dus nu **twéé proeflessen op di 10 jan!** 4€. Opgeven kan nog, ook noemen of je les 1 of 2 wilt.

20.15-21.15

#### woensdagen

9.30-11.30

**Praat-taalgroep** voor wie beter Nederlands wil spreken en lezen.

20.00

18 januari **KOOR**

#### donderdagdagen

9.30- 12.00

**Breicafé**, samen breien of om het te leren.

13.30-15.30

**Naailes** olv Edith.

#### donderdagdag 19

18.00-20.00

**EETCAFE!!** Altijd gezond en gezellig. 5€. Opgeven (max. 40 vrouwen)

#### vrijdagen

9.30-12.00

**Elke inloop** heeft een programma, verrassingen, nieuws en ontmoetingen

(deze maand: **Nieuwjaarsreceptie--COPD & benauwdheid--de overgang**).