

# NIEUWSBRIEF VAN DE



# SENIORENVERENIGING KANAALZONE

Jaargang 4, nieuwsbrief 3, 2020.

## Contactgegevens bestuursleden van de Seniorenenvereniging Kanaalzone.

<b>Voorzitter:</b>	Rien de Regt	<a href="mailto:rienderegt@zeelandnet.nl">rienderegt@zeelandnet.nl</a>	06-51084943
<b>Secretaris:</b>	Anneke Langen	<a href="mailto:anneke.langen@mail.com">anneke.langen@mail.com</a>	06-19282719
<b>Penningmeester/ Iedenadministrateur:</b>	Geleijn Kaijser	<a href="mailto:gkaijser@zeelandnet.nl">gkaijser@zeelandnet.nl</a>	06-53116199
<b>Ombudsteam:</b>	Kitty van Waesberghe	<a href="mailto:kittyvanw@gmail.com">kittyvanw@gmail.com</a>	0115-565027
	Jetty van Dorsseleer	<a href="mailto:emvdorssel@zeelandnet.nl">emvdorssel@zeelandnet.nl</a>	0115-564206 06-10745355

**CORONAVIRUS  
ATTENTIE**

**COVID-19  
BELANGRIJKE MEDEDELINGEN**

**CORONAVIRUS  
ATTENTIE**

## VOORWOORD.



Nederland wordt getroffen door de ernstigste crisis sinds de Tweede Wereldoorlog. En niet alleen Nederland. We hebben te maken met een pandemie. Bijna heel de wereld wordt getroffen door deze onzichtbare vijand. Een vijand die zich niets van landsgrenzen aantrekt. En we zijn er nog niet van verlost. Eén troost: we zitten allemaal in hetzelfde schuitje. En denk maar zo: gedeelde smart is halve smart. Hopelijk lukt het u er zich dapper doorheen te slaan.

**De 1,5 metersamenleving heeft een enorme impact op ons dagelijkse leven. Het stabiliseert wel op het ogenblik, maar we moeten de huid niet verkopen voor de beer geschoten is. Het heeft ook gevolgen voor de organisatie van onze activiteiten. Die hebben we allemaal geannuleerd tot 1 september. Dus de volgende activiteiten gaan niet door: de bingo's op 24 april, 22 mei, 26 juni, 24 juli en 28 augustus, de busreis op 16 juni en de fietstocht op 1 juli. In juni komen we met een nieuwe Nieuwsbrief en dan proberen we u bij te praten wat betreft de activiteiten in de tweede helft van dit jaar.**

De grens met België blijft t/m 3 mei hermetisch afgesloten. Carla Huys van Lamont kan de bestelde producten dus nog niet afleveren. We houden u op de hoogte.

*n.v. Lamont Products®*

Wat betreft het invullen van uw aangifte inkomstenbelasting: hiervoor komt er een nieuwe uitnodiging met een datum en een tijdstip. Bellen is niet nodig, ook hiervan stellen we u tijdig op de hoogte.

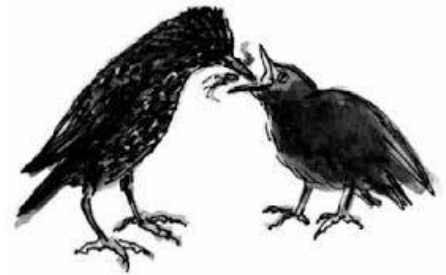
Een belangrijke oproep uit de PZC van 16 april jl.: ga naar uw huisarts als u klachten hebt. De huisartsen en ziekenhuizen maken zich terecht zorgen om patiënten die met klachten blijven rondlopen, omdat ze denken dat er vanwege de coronacrisis geen tijd voor ze is. Of omdat ze bang zijn voor besmetting. Hebt u een lichamelijke klacht of bent u ongerust: maak gewoon een afspraak met uw huisarts en stel dit niet uit!

We zien en horen gelukkig ook nog positieve dingen om ons heen. Als we naar buiten kijken lacht de zon ons toe en de vogels zingen uitbundig het hoogste lied. Zij zijn volop bezig met het maken van hun nestje. De bouw ligt daar niet stil....

Broedt de spreeuw al in april,  
een schone meimaand is op til.

Van een van onze leden kregen we het volgende berichtje:  
“Ik wens iedereen langs deze weg goede en gezonde dagen.  
Hoop dat we elkaar spoedig allemaal weer zullen zien.

Keep smiling and a lot of Sunshine in your live.”  
Bestuur en vrijwilligers van de SVK sluiten zich hier van harte bij aan!



Wees niet alleen lief voor een ander, maar ook voor jezelf!  
Rien de Regt,  
voorzitter

### **Sporten in een groep kan ook in deze tijd!**

Sporten in een groep kan ondanks deze coronatijd nog steeds. Waarschijnlijk niet op de manier zoals u dit wellicht gewend bent, maar wel via video bellen. Een beveiligde maar zeer eenvoudige manier, waardoor u toch lekker kunt sporten onder begeleiding van mij als Sportoefentherapeut. Door op deze manier te sporten kan ik u gerichte en persoonlijke aanwijzingen geven zodat u verantwoord kan blijven bewegen op uw eigen niveau.



Voor de corona tijd gaf ik deze groepslessen op verschillende locaties. Sinds 3 weken ben ik de lessen digitaal gaan geven en dit wordt bij de deelnemers als zeer prettig ervaren. De mensen behouden zo hun sociale contacten en onderhouden hun fysieke conditie. Ik vind het fijn dat ik mensen kan blijven begeleiden en motiveren om in deze misschien wat moeilijke tijd toch te blijven sporten en bewegen.

De kosten van de lessen bedragen 5.50 euro per persoon per 60 minuten en worden per gevolgde les betaald.

Wilt u deze lessen een keer proberen om te kijken of het iets voor u is? Speciaal voor leden van Senioren Vereniging Kanaalzone kunt u op vertoon van uw lidmaatschapspas de **eerste twee** lessen **gratis en vrijblijvend** volgen op dinsdag van 13.00-14.00 uur of vrijdag van 10.00 uur tot 11.00 uur. Wilt u de lessen daarna blijven volgen? Dat kan uiteraard! Geef dit dan even door aan mij.

Wilt u zich aanmelden of meer informatie? Neem dan contact op met Mireille Dobbelaar via 06-29062087 of stuur een mailtje naar [info@rug-recht.nl](mailto:info@rug-recht.nl). Er is ook meer informatie te vinden op [www.rug-recht.nl](http://www.rug-recht.nl). Ik beantwoord uw vragen graag!

### **Tijd.**

Alles is heimwee  
wolken en water  
alles is heimwee  
naar vroeger – naar later  
vroeger is óver  
later – een ster  
gisteren is oud  
en morgen nog ver.  
Toon Hermans.

