



Senioren Journaal

Februari 2024

Jaargang 2

Editie 2

Beste lezers,

Om U te informeren gebruiken wij enkel nog de volgende informatiekkanalen.

- de MAZJERANG, het maandelijks informatieblad van de Gemeente
- via onze website: WWW.SENIORENRAADVALKENBURG.NL
- via onze nieuwsbrief, HET SENIORENJOURNAAL waar U zich voor kunt aanmelden door een mail te sturen naar journaal@seniorenraadvalkenburg.nl onder vermelding van: Journaal.

Voorwaarden voor deelname aan de activiteiten:

U woont in de gemeente Valkenburg a/d Geul en u bent minimaal 65 jaar. (bij enkele activiteiten kan hiervan worden afgeweken)

Altijd aanmelden voor een activiteit:

Telefonisch via 043 – 3110316

Per mail via seniorenraadvalkenburg@gmail.com

Hierbij vermelden : Uw Postcode + huisnummer, telefoonnummer en het aantal personen die deelnemen aan de activiteit

Voor de filmvoorstellingen aanmelden via film@seniorenraadvalkenburg.nl

Betaling zoals aangegeven bij de activiteit:

Per bank t.n.v. Stichting Seniorenraad Valkenburg naar rekening: NL 66 RABO 0302 1324 30

Als omschrijving s.v.p. : Uw postcode + huisnummer, en het activiteitsnummer vermelden

U ontvangt geen bevestiging van Uw aanmelding, betalen = deelnemen.

Er wordt contact met u opgenomen indien de activiteit wijzigt, vervalt of al volgeboekt is en u zodoende niet meer mee kunt doen.

U wordt verzocht uzelf bij verhindering tijdig af te melden, zodat er plek gemaakt kan worden voor anderen. Dit kan telefonisch 043-3110316 en mailen naar seniorenraadvalkenburg@gmail.com of schriftelijk bij Prins Willem Alexanderlaan 67, 6301 TS Valkenburg aan de Geul.

Neemt u al deel aan onze activiteiten, kijk dan eens om u heen of er in uw omgeving ook anderen zijn voor wie onze activiteiten een uitkomst zijn.

Nr 01-03 Woensdag 13-3-2024 Bezoek aan chocoladefabriek Rouseau Sittard

Door omstandigheden gaat dit bezoek niet door.

**Nr 02-03 Woensdag 20-3-2024 Presentatie 'Vitaal het voorjaar in' Café Polfermolen
Valkenburg**

Zonder te veel te willen prijsgeven gaat deze presentatie die 1,5 uur duurt over thema's als

- Eigen regie, medicijngebruik en zorgapps
- Muziek & beweging
- Persoonlijke verzorging
- Hersengezondheid

Een sfeervolle presentatie waarin u wordt omringd door gelijkgestemden die allemaal streven naar een gezondere levensstijl. De najaars- en voorjaarsafleveringen bieden de perfecte gelegenheid om deze doelen te verwezenlijken.

Hoewel beide afleveringen afzonderlijk te boeken zijn, komen ze het beste tot hun recht als een onvergetelijke combinatie. Door deel te nemen aan zowel de voorjaars- als de najaarsaflevering, geeft u uzelf de meest complete en verrijkende ervaring. U zult merken dat uw geest en lichaam in harmonie komen, waardoor u het beste uit uzelf kunt halen.

(Op Woensdag 2-10-2024 is de presentatie 'Positief in het najaar' gepland) Aanvang:

Prijs: € 5,- pp

Inschrijven t/m 11-3-2024

Maximaal aantal deelnemers: 30 personen

Nr 03-03 Vrijdag 29-3-2024 Filmvoorstelling 't Geboew Schin op Geul

Locatie Gemeenschapshuis 't Geboew, Warande 43 in Schin op Geul.

Prijs: € 6,00 inclusief koffie en vlaai (betalen bij binnenkomst in 't Geboew)

Aanvang: 14:00 uur.

U kunt zich aanmelden voor de film met het aanmeldformulier op de Website van de Seniorenraad of u stuurt een mail naar film@seniorenraadvalkenburg.nl

De Seniorenraad Valkenburg ad Geul.