

GoedeDag-krant 4, 8 juli 2020

Dag allemaal,

Je ontvangt de vierde GoedeDag-krant. Veel lees- en kijkplezier.

De vakantie staat voor de deur. Ga je nog op pad. Deze zomer is anders. Veel buitenlandse vakanties gaan niet door. Groepsreizen zijn geannuleerd. In Nederland uitwaaien is ook fijn. Graag hoor ik over jullie vakantie verhalen, uitstapjes.

Het Zelfregiecentrum heeft voorzichtig zijn deuren geopend. Bezoekers moeten zich vooraf melden en een afspraak maken. Sommige activiteiten zijn weer begonnen. Geen inloop omdat we dan niet weten wie er komt.

Zomervitamines. Op de website www.zrcn.nl staat het programma van de zomervitamines. Zo zijn er wandel en fietstochten. Karaoke, uitstapje naar kasteel Rosendaal en puzzeltocht. Geef je op tijd op als je mee wilt doen.

Beleef de lente, van wandeling van Brug tot Brug.

Een bericht van Rob Aalders. Voor de ontspanning en nodige beweging loop en fiets ik. Soms neem ik een fototoestel mee. De foto's zet ik in een YouTube filmpje. Daar beleef ik veel plezier aan en hopelijk jij ook met het kijken. Youtube link: <https://youtu.be/1QG104uGx5g>

Wil je ook leren een foto-filmpje te maken? Dat kan op woensdag 12 augustus om 13.00 uur. Neem je laptop mee. Aanmelden door te mailen naar r.aalders@zrcn.nl

Uitleg om bovenstaande "link" te openen. Ga met je muis op de blauwe YouTube link staan. Druk de CTRL toets in, (linksonder aan je toetsen bord) de muis wordt een handje. Druk dan de linkermuisknop tegelijk in met de CTRL knop. Je wordt dan naar de YouTube site gestuurd.

Berichten en foto's van lezers

Herman Onstenk stuurt ons een gedicht. Hij kon niet naar buiten tijdens de corona.

Gedicht over de wereld

De wereld is van streek
In een nieuw virus
Wie had dat, dat is een weet
Het virus dat Corona heet
Je kan niet bij je familie op visite,
Dat was daar erg genieten.
Je moet zwaaien achter een ruit hoor
En daarna lopen ze weer door
De balie door het raam
We blijven even staan
De zorgverleners hebben het heel druk.
Ik hoop dat het allemaal lukt
Af en toe een belletje plegen
En dat komt niet ongelegen.
En de madeliefjes in het gras
Ik wist niet hoe bijzonder dat was
Niet bij je broer en zus thuis
Toch is dit een wijs besluit
En nu is het uit.



Demba zit opgesloten. Tot voor kort zat Demba in lockdown. Onder begeleiding wandelingetjes maken. Inmiddels noemt hij het havengebied zijn achtertuin, zijn thuisgebied. Demba is deelnemer van de wandelgroep Kiek ons Gaon. Eens in de twee weken maken we een wandeling van 7 kilometer. Daar zijn we weer mee begonnen. Het was fijn hem zaterdag 27 juni weer te zien.



Op pad met Michel en Desireé

Michel en Desireé bezoeken de donderdagavond “aan tafel met Til”. Afgelopen tijd hebben ze wandelingen gemaakt. Daar was het ook lekker weer voor. Hieronder een verslag.



Desireé en ik zijn afgelopen hemelvaart een eindje met de auto wezen toeren. We hebben er een toeristische route van gemaakt. Ook hebben we een wandeling gemaakt in het natuur- en recreatiegebied 'De Kuilen' in Noord-Brabant. Het was echt de moeite waard en we gaan dit gebied zeker nog eens bezoeken.

<https://www.landvancuijk.nl/toerisme-en-recreatie/natuur-en-recreatiegebied-de-kuilen/>

Op de tweede Pinksterdag hebben we een wandeling gemaakt bij de Hatertse Vennen. Prachtig weer met veel zon en het was er heel erg rustig zodat we ongestoord konden lopen en geen last van drukte hadden. Na afloop hebben we terrasje gepakt in Groesbeek. Qua drukte viel het wel mee, het lukte goed om afstand te houden.



Het kan niet op, alweer een wandeling gemaakt. Dit keer door het natuurreservaat 'De Botterpot' in Groesbeek. Dit reservaat ligt tegen de Duitse grens tegenover het Duitse Rheiswald. Na afloop hebben we een terrasje gepakt bij eethuis 'De Diepen' in de Milsbeek.

Wisten jullie al dat:

Rob op woensdagmiddag “koffie en kletsboek” organiseert. Je kunt dan bijpraten en iets doen.

“Koken met Til” op donderdag weer is begonnen. In 2 ploegen wordt er gegeten. Van 17.00 – 18.00 en 18.00 – 19.00. Kosten 4 euro en aanmelden moet.

Filmpje met uitleg over goed gebruik van het mondkapje.

<https://www.youtube.com/watch?v=FTuZelg5khM>

Op de website www.zrcn.nl dadelijk informatie staat wanneer activiteiten weer beginnen.

Tot zover dit krantje. Ik hoor graag wat je er van vindt. Post sturen naar r.aalders@zrcn.nl