



Beste lid,

We beginnen terug gewoon te worden aan een leven zonder corona.

We hebben volgende activiteiten op de agenda staan voor de maanden maart en april .

Op zondag 19 maart 2023 : lezing door Dokter Silia met als onderwerp - Dementie

We krijgen wat uitleg over wat dementie is en hoe er mee om gaan als partner, dochter of familielid.

Op dinsdag 21 maart 2023 gaan we samen naar opnames van Blokken.

We komen daarvoor samen op de parking aan de school om 13.30 uur dan kunnen we carpoolen.

De opnames gaan door in Vilvoorde van 14.30 uur tot 17.30 uur.

Wie graag nog wil inschrijven moet snel zijn, de inschrijvingen worden op 1 maart definitief afgesloten. Inschrijven kan nog bij Gemma gemma.delaere@telenet.be . Wie reeds ingeschreven is moet niets meer doen.

Op zondag 26 maart 2023 organiseren we in samenwerking met de Landelijke Gilde Relegem-Wemmel

een voordracht over 'Vroegtijdige Zorgplanning' . Uitnodiging als bijlage.

Op zaterdag 15 april 2023 staat ons Paasfeest op het programma.

Zoals gewoonlijk zullen we jullie verwennen met een Aperitief met hapjes – warme hesp met groenten en sausjes – koffie en dessert met aangepaste dranken.

We starten om 12.30 uur.

Dit alles voor de prijs van . 35,00 euro per persoon.

Graag inschrijven voor 31 maart 2023

Inschrijving Paasfeest :

Naam :

Zal aanwezig zijn op Paasfeest Alleen met partner

Prijs per persoon : 35,00 euro

Betaling van het juiste bedrag voor 31 maart 2023 op rekening van

Ferm Relegem : BE88 7341 8821 2341

Op *zondag 23 april 2023* organiseren we in samenwerking met Ferm Ossel een sessie 'Adem je stress weg'.

Eerst krijgen we een korte technische uitleg om daarna zelf aan de slag te gaan en leren we enkele eenvoudige ademhalingsoefeningen die we gemakkelijk thuis ook kunnen doen.

Uitnodiging als bijlage.

Inschrijving Adem je stress weg :

Naam :

Zal aanwezig zijn Alleen met partner

Prijs per persoon : 10.00 euro

Betaling van het juiste bedrag voor 31 maart 2023 op rekening van

Ferm Relegem : BE88 7341 8821 2341

Tot slot, organiseren we op *zondag 30 april 2023* een gewone ledenvergadering met een hapje en een drankje om een klapke te doen met onze mede leden.

Het zijn drukke maanden geworden, hopelijk is er voor elk van jullie wel iets bij dat je kan interesseren.

Tot op een van onze activiteiten.

Met warme groeten,

Het Ferm-team,

Janine, Marie-Henriette, Chris, Marie-Louise, Jeanneke, Renée en Gemma