

De maandelijkse  
nieuwsbrief  
van de



**Senioren  
Vereniging  
Vosmeer e.o.**



## Inhoud

Van het bestuur .....	1
Bestuurssamenstelling .....	1
Cijferspel.....	2
Rijbewijskeuringen.....	2
Zorgloket (10 mei) .....	2
Bingo (11 mei) .....	2
Fietsen.....	2
Reisje/dagtrip dinsdag 17 mei a.s. ....	2
High tea en bingomiddag (8 juni).....	2

Vragen over bezorging nieuwsbrief (alleen na de 1e van de maand): *Tonnie Oostdijk-Istha* 0166 672419

## HOOIKOORTS onder de Leden.

Veel mensen hebben last van hooikoorts. Hier enkele tips tegen dit euvel.



### Hooikoorts buiten:

Wandel, fiets en sport liefst voor 10 uur 'morgens. Dan is de pollenconcentratie lager. Draag een zonnebril of sportbril om je ogen tegen de pollen te beschermen.

Smeer wat vaseline rond de neus, zodat een deel van de pollen blijft plakken.

Tijdens en vlak na een regenbui is de pollenconcentratie lager. Heb je veel last van graspollen, vraag een ander dan het gras te maaien, of schaf een robotmaaier aan. Doodmoe van al dat hoesten en proesten? Ga een dagje naar zee; daar zweven nauwelijks pollen rond. Houd het raam van de auto gesloten en laat zo nodig een pollenfilter op de luchtcirculatie installeren. De meeste nieuwe auto's beschikken al over zo'n filter.

### Hooikoorts binnen:

Droog de was binnen, zodat jij via het wasgoed geen pollen naar binnenhaalt. Houd de ramen en deuren dicht en lucht je huis alleen in de vroege ochtend. Ramen open? Plaats dan speciale pol horren. Zonder pollen naar bed? Kleed je buiten je slaapkamer uit en ga douchen voor je gaat slapen. Houd de hond en kat schoon en vrij van pollen. Zorg voor een stofzuiger met een anti-allergiefilter. Stofzuig vaak en verwissel het stofzuigerfilter elke zes maanden.

Misschien zitten er een paar tips bij, waar u wat aan hebt, misschien ook niet. Het blijft een lastig probleem.

## Bestuurssamenstelling



Voorzitter: **Jos Hommel**: Algemene zaken. 0166 672105/06 18227403 [joshommel@zeelandnet.nl](mailto:joshommel@zeelandnet.nl)

Secretaris: **Leen Oostdijk**: Ledenadm./ Nieuwsbrieven 0166 672419 / 06 43770865

[leen50@zeelandnet.nl](mailto:leen50@zeelandnet.nl) / [seniorenvosmeer@zeelandnet.nl](mailto:seniorenvosmeer@zeelandnet.nl)

Penningm: **Leo Hartman**: Financiële zaken 0166 672937 / 06 18486026 [nelleo@zeelandnet.nl](mailto:nelleo@zeelandnet.nl)

Bestuurslid: **Tonnie Oostdijk-Istha**: Fruitmanden/nieuwsbrieven 0166 672419 /06 21339634 [leen50@zeelandnet.nl](mailto:leen50@zeelandnet.nl)

Bestuurslid: **Nellie Verbiest-Havermans**: Diversen 0166 672233 / 06 27401652 [nellieverbiest@zeelandnet.nl](mailto:nellieverbiest@zeelandnet.nl)

Cijferspel: **Rinus Hommel**



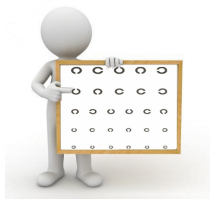
## Cijferspel

De winnende cijfers van deze maand:

**3-26-65-73-74**



**Senioren  
Vereniging  
Vosmeer e.o.**



## Rijbewijskeuringen

Voor iedereen met een rijbewijs dat op of na de 75ste verjaardag verloopt en voor 75-plussers met een geldig rijbewijs, maar met een gewijzigde gezondheidstoestand.

Voor verdere informatie: zie het Bewaarboekje (pagina 21).

voor info/afpraak: **088 2323300** of via [www.regelzorg.nl](http://www.regelzorg.nl)



## Zorgloket (10 mei)

Ook deze maand zitten de vrijwilligers van het zorgloket VOSMEERZORGT weer voor u klaar.

Deze maand op dinsdagmorgen 10 mei van 10.00 tot 12.00 uur.



## Bingo (11 mei)

Op woensdagmiddag 11 mei organiseren we weer de maandelijkse bingomiddag.

Entree : € 6,00 inclusief bingokaart, radkaart, koffie/thee.

Locatie : De Vossenkuil

Aanvang : 14.00 uur



## Fietsen

In de maand mei starten we weer met de woensdagmiddag fietsmiddag. (alleen niet op de woensdagmiddag bingomiddag), U kunt weer aanschuiven om mee te fietsen. Start bij de Vossenkuil om 13.30 uur. Dit weer voor een rit van 25-30 km met een tussenstop voor een versnapering. Dit als het weer dit toelaat.



## Reisje/dagtrip dinsdag 17 mei a.s.

De dagtrip gaat dit keer naar Zeeuws Vlaanderen.



Voor degene die zich opgegeven hebben voor deze trip de volgende info:

08.30 uur: Vertrek bij het tankstation Tamoil. Dit op de hoek Bou-Kooimanstraat – Patrijzenweg,

10.15 uur: Bij aankomst koffie/thee met paptaart,

11.15 uur: Musea in het straatje van het Vlaamsche Erfgoed,

12.15 uur: Lunch,

13.30 uur: Naar wijnboerderij Chateaux Waterlandskerkje. Daar kunnen we wijn, jam en port proeven.

Rond 17.45 uur weer terug in Oud-Vossemeer voor het diner. Ditmaal bij Huys van Roosevelt,

De tijden zijn ongeveer **behalve de vertrektijd van 8.30 uur.**



## High tea en bingomiddag (8 juni)

Op 8 juni organiseren we een high tea bingomiddag.

Tussen de drie bingorondes door wordt een high tea geserveerd.

Voor deze bingo dient u zich op te geven. Dit kan bij Leo Hartman 0166-672937 of via [seniorenvosmeer@zeelandnet.nl](mailto:seniorenvosmeer@zeelandnet.nl)

Entree € 10,00

Gelieve dit weer vooruit te betalen bij Leo Hartman.

Mag/kan ook bij de bingo van 11 mei a.s.