

Fietstochten:

vertrek om 14u00: **Deelname gratis**

08.05.2013: C-Mine Winterslag (Brandweer)

22.05.2013: Limburghal

05.06.2013: C-Mine Winterslag (Brandweer)

19.06.2013: Limburghal

03.07.2013: C-Mine Winterslag (Brandweer)

17.07.2013: Limburghal

31.07.2013: De Krater Kattevennen (4 daagse van de Genker Trappers)

14.08.2013: **Dagfietstocht, vertrek om 10u00 Limburghal**

28.08.2013: C-Mine Winterslag (Brandweer)

11.09.2013: Limburghal

25.09.2013: C-Mine Winterslag (Brandweer) slotfietstocht



Lentefeest 15 mei 2013

Dit jaar gaat ons lentefeest met muzikale begeleiding door op 15 mei in zaal De Schalm Boxbergheide.

Opgepast we beginnen wel al om **12.30** met een lekkere koude schotel met broodjes en dit voor de prijs van **10.00€** Daarna is er gelegenheid om een dansje te plaatsen .

De inkomkaarten kan alleen in voorverkoop en dit via de bestuursleden.



www.gosagenk.be

Bankrekening n° **BE26-4530-2546-6129**
BIC KREDBEBB
p.a. Schurfstraat 16
3600 GENK

NIEUWSBRIEF April 2013

Beste vrienden, grootouders en senioren ,

De lente is op komst en in de natuur herbegint het leven volop. De vogels bouwen opnieuw hun nestjes. Wij zelf voelen de behoefte om te bewegen in de gezonde buitenlucht .

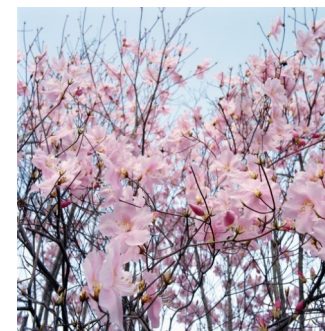
Wij hebben onlangs de Week van de vrijwilliger meegemaakt, daarom geven wij graag aan onze vrijwilligers een pluim voor hun belangloze inzet . Het blijkt ook dat de inzet voor anderen, ons daardoor langer lichamelijk en geestelijk fit houdt!

Verder infomeren wij u over de activiteiten die onze enthousiaste medewerkers –bestuursleden in de komende maanden voor u organiseren . Wij nodigen u ook graag uit op ons Lentefeest van woensdag 15/05/2013 in de Schalm , een ontspanningsnamiddag met een koude schotel (salades en vlees) vanaf 12u30, gevolgd met muziek en dans tot 16u00 .

Met vriendelijke groeten .

Het Bestuur van de Grootouders en Seniorennactie Genk :

Willy Vercruyce .



Vorming: i.s.m. met dienstencentrum Ter Hooie

Inlichtingen: Ter Hooie tel. 089/57 34 81
Vooraf inschrijven is nodig

08.04.2013: 14u00: Isolatie in de woning i.s.w. met de stad Genk

06.05.2013: 14u00: Hoe omgaan met Dementie

15.05.2013: 12u30: Jaarlijks Lentefeest met een heerlijk koud
schoteltje en muzikale begeleiding zaal
De Schalm

03.06.2013: 14u00: Vrijwilligerswerk in de Dienstencentra door
Ria De Boel

05.08.2013: 14u00: Info Smoothies

02.09.2013: 14u00: Doe meer met verkeer– E-fiets het duwtje in
de rug.

Computerlessen:

Inlichtingen: Remy Vandekerckhove: 089/35 84 56

Inschrijvingen op het secretariaat van de school C.T.T. Halm-
straat 12 Genk (Hoevezavel).

Nieuwe activiteit: Petanque

Elke dinsdag wordt er Petanque gespeeld op de
Melberg. We starten om 14u00 tot +/- 17u00.

Wie interesse heeft, is van harte welkom.



Nordic Walking:

vertrek om 14u00 **Deelname gratis**

Inlichtingen: Chris Goemans gsm: 0497/ 62 58 19

José Vanbockrijck gsm: 0473/ 73 08 71

Deze hebben om de 14 dagen plaats op
woensdag in het sportbos aan het stedelijk
Sportcentrum of eventueel op een andere
plaats na afspraak. Ook gewone wande-
laars die even 6 km willen doorstappen
zijn welkom.

Laatste Nordic: 24 april 2013



Frans, Engels, Spaans en Italiaans

Inlichtingen en inschrijvingen:

Leon Kaes: 089/35 60 35

Deze gaan door in het Stadhuis van Genk en in de Dienst-
centra 'Ter Hooie' en 'De Halm' eenmaal per week in de voor-
- of namiddag.

De Italiaanse lessen gaan door op dinsdagavond in
Club Marchigiani, Vennestraat, Winterslag Genk.