



NIEUWSBRIEF nummer 2

April-mei 2011

Paaspauze bij Let's Talk

Vanwege Pasen, is er de laatste maandag in april geen 'Let's Talk'. Het is de verwachting dat veel mensen erop uit gaan of andere activiteiten ondernemen en 's avonds niet naar zo'n bijeenkomst zullen komen.

We zijn gestart met voorbereidingen voor de komende afleveringen van 'Let's Talk'. De onderwerpen kunnen variëren van voorlichting over social media tot heel actieve workshops. In die laatste categorie valt de komende buikdans workshop die Petra Roelofsen later dit jaar zal geven. Zij heeft al jaren ervaring met dit soort workshops en kan haar enthousiaste op een goede manier overdragen. "Met buikdansen train je intensief het hele buikgebied en dat is heel goed voor je houding en de ontwikkeling van je spieren. In een groep vrouwen krijg je al snel een bijzondere sfeer door met elkaar te gaan buikdansen. Iedereen kan het leren!"

Suggesties over vrouwen die een interessante bijeenkomst kunnen verzorgen, zijn van harte welkom. Alle vrouwen zijn op maandag 30 mei weer van harte welkom voor de volgende Let's Talk. Het programma is nog niet definitief vastgesteld en wordt later bekend gemaakt via lokale media en de website www.multimondo.nl.

Extra fitness via Multi Mondo

Stichting Multi Mondo gaat de fitnessactiviteiten voor vrouwen in KernGezond | Hofland Medisch Centrum uitbreiden. Vrouwen uit de fysio fitnessgroep van dinsdagavond kunnen gratis een keer per week extra komen fitnessen.

Dat geldt alleen voor degenen die al aan fysio fitness doen op de dinsdagavond. Deze groepsactiviteit is exclusief voor vrouwen. Zij blijven elke week welkom op dinsdagavond van 19.00 tot 20.00 uur voor de groepsles onder begeleiding van een professionele fysiotherapeute.

De sportieve vrouwen van de dinsdaggroep kunnen voortaan één keer per week extra aan fysio fitness doen in het Hofland Medisch Centrum. Ze kunnen kiezen welke op welk dagdeel: van maandag tot en met vrijdag tussen 13.30 – 17.30 en op zaterdagmorgen van 8.30 tot 12.00 uur. Dat kost niets extra naast het abonnementsgeld voor de dinsdag.



Afzwemmen in Veenweidebad: 15 juni

Ook dit jaar is het een aantal vrouwen weer gelukt om veel te leren van de zwemlessen voor diploma A, B, of C via Multi Mondo. We zijn er trots op dat ook in het Mijdrechtse Veenweidebad binnenkort een groep kan gaan afzwemmen!

Het afzwemmen is op 15 juni om 21.15 uur in het Veenweidebad, Ontspanningsweg 1.

Alle vrienden en familieleden zijn van harte welkom om te komen kijken naar het afzwemmen onder toezicht oog van een onafhankelijke deskundige van de zwembond. Om wat extra aandacht te vestigen op deze gebeurtenis, zijn ook enkele vrouwen uitgenodigd uit het gemeentebestuur. Binnenkort hopen we meer te kunnen melden als zij hebben bevestigd de uitnodiging te willen aannemen.

Na de diploma uitreiking kan iedereen nog even napraten met een drankje erbij.

Start nieuwe zwemlessen in september

Het gaat goed met de belangstelling voor zwemlessen via de stichting Multi Mondo! Het nieuwe seizoen gaat van start in september. Nu al hebben een paar vrouwen zich aangemeld om dan lessen te volgen. Zij hebben onder meer via de website informatie gevonden over de zwemgroepen. Blijf de website regelmatig bekijken, we proberen steeds actuele informatie toe te voegen.

OPROEP: VRIJWILLIGERS GEZOCHT!

Voor de volgende taken:

- Folders verspreiden: bijv. bij kinderdagverblijven, praktijken van huisartsen, fysiotherapeuten enz. en andere locaties waar vrouwen komen.
- Posters ophangen/opplakken (bijv. tegenover de Boni op de wand in de Lindeboom, bij horecazaken en andere locaties die je kunt bedenken waar het is toegestaan.)
- Diverse andere taken

Vragen? Neem contact op met Quasima (contactgegevens zie onderaan de nieuwsbrief).



Heb je vragen, tips of iets anders?

Wil jij je melden voor een taak?

Neem contact op met Quasima!

Tel. nr. 0297 – 230 280 (vrijdag bij De Baat)

Mobiel: 06 – 26 99 93 95

Stichting MultiMondo

Kerkvaart 2

3641 EP Mijdrecht

T. 0297 230280

E. info@multimondo.nl

W. www.multimondo.nl

