

Beste NEOS-vrienden en -vriendinnen,

Een nieuwsbrief boordevol activiteiten.

Bowling en Rummikub op donderdag 15 oktober 2026 in Beringen



Voordelen van Bowlen

- *verbetering van de oog-handcoördinatie
- *spierversterking
- *balans en flexibiliteit,



Voordelen van Rummikub

- *geheugentraining
- *verbetert het inzicht
- *houdt de geest scherp, ...

GAAT DE EENZAAMHEID TEGEN!!!

Dus twijfel niet meer en kom meedoen. We starten om 14u.

Waar: Sportcentrum 't Kanaal, Commelo 11, 3580 Beringen

Berna is deze keer jullie gastvrouw.

Wandeling aan het Schulensmeer op dinsdag 20 oktober 2026



De rondleiding in het bezoekerscentrum begint bij de uitkijktoren. Daarna vertrekken we onder deskundige begeleiding van gids Johann voor een natuurwandeling. Hier komen we alles te weten over de mooie natuur en de dieren die er leven.

En wij weten allen dat het Schulensmeer bij elk weer mooi is: in de sneeuw, in de mist, in de stralende zon,.....

Afspreekplaats: Bezoekerscentrum aan 't Vloot, Demerstraat 60, Linkhout-Lummen

Tijdstip: 13u30

Inschrijven kan tot 5 oktober: Het is gratis. **Bevestig wel je deelname** via mail naar neosLummen@gmail.com of via SMS naar 0478 34 60 60. Op deze manier kunnen we tijdig het aantal wandelaars doorgeven aan de gids.

Locatie:	Centrum voor Geleidehonden, Overhaamlaan 11, 3700 Tongeren
-----------------	--

Inschrijven kan tot 31 december: Betaal € 10 p.p. op onze rekening BE67 “Bezoek Geleidehonden”.

**“Je moet blijven rechtstaan en ademen en soms ‘Verdomme’ zeggen.”
(Chris Lomme)**

Volg Neos-Lummen ook op **facebook** voor de laatste nieuwtjes en recente foto's.
Alle info op onze website: www.neosvzw.be/Lummen