

TIPS VOOR THUIS!



nr 3 maart 2020



Alweer nr 3! Het duurt natuurlijk allemaal veel te lang maar we proberen het leuk te houden met elkaar! We kregen weer veel tips van mensen voor deze culturele nieuwsbrief!

Heeft u zelf aanbevelingen voor ons, die kunt u mailen aan g.goudriaan@swok-midden.nl!

Met de hartelijke groeten van de 3 Welzijnsstichtingen van de Krimpenerwaard.

Denk aan elkaar en houd afstand! 

Museumbezoek

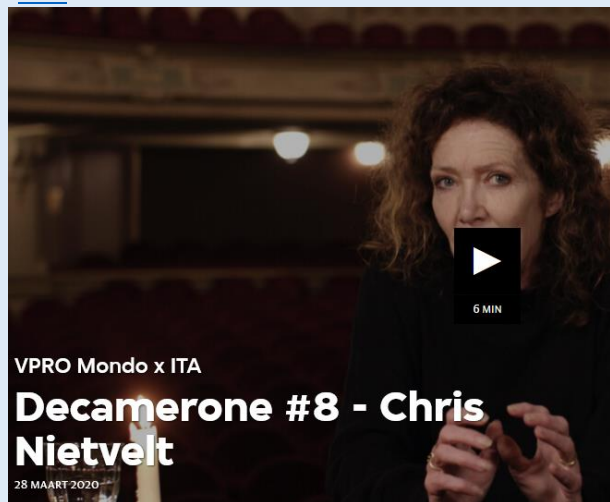
Klikt u [hier](#) voor een bezoek aan het Vincent van Gogh museum! Tip van Wim Vonk



PROZA

Verhalen uit de Decamerone voorgelezen door Chris van Nietvelt. Tip van Wim Vonk

Klik [hier](#) om te luisteren!!



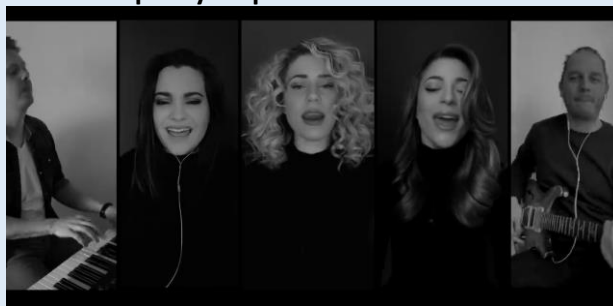
Bewegen

En vergeet u niet te bewegen? Klik [hier](#) voor een staande oefening van Optima Vita.



Muziek

Hou je van Queen? Klik [hier](#) ! Vijf muzikanten maakten, zonder dat ze bij elkaar zijn, deze opname van Bohemian Rhapsody! Tip Yvonne Maas.



NATUUR

Rustgevende geluiden van de zee!

Klik [hier](#).



Weet u dat wij nog steeds telefonisch open zijn?

St. WON 0180-522045 van 09-16.00 uur

SWOS 0182-381227 van 09-12.30 uur

SWOK 0182-350012 van 09-12.30 uur



TEKENOPDRACHT:

Teken eens een gezicht! Klik [hier](#) voor de tutorial!



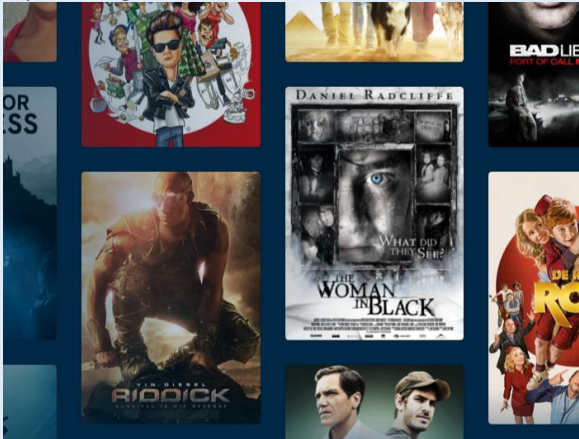
FILM

Tijdelijk gratis bij KPN en Ziggo: Omdat vele mensen thuis moeten zitten tijdens de Corona-pandemie biedt Ziggo en KPN deze zender gratis aan!

Film 1 te vinden bij KPN op de kanalen 245 t/m 248.

Voor Ziggo is dit te vinden op 101 t/m 104.

Tip van Inge Bonhof



POEZIE

Gedicht van Corie Grootendorst, ex-polderdichter, bij 'Lezend naakt' van Isaac Israëls.

Sjaantje van Ingen

Hij staart. Hoort de tram.
Ze stapt uit. Ze steekt over.

Het duurt voor ze aanbelt.
Ze brengt kou mee naar boven.

Haar kleren legt ze laag
voor laag over het scherm.

Hij zet de kachel hoger
en dompelt haar in parelwit,

parelgroen, parelroze.
Ze komt bloeiend boven.

De schaduw van de lijst
leidt op de muur

een eigen leven.
Bladgoud en blauwe regen.

Corie Grootendorst

Disclaimer

Wilt u deze nieuwsbrief niet ontvangen? Laat het ons even weten! Mail naar info@swok-midden.nl