

Nieuwsbrief

Nummer 14.

Februari 2021



De vorstperiode is weer voorbij en de schaatsen kunnen weer in het vet. We hebben zelfs al de eerste lente achtige dagen weer gehad.

Wat mij betreft gaan we weer richting het mooie weer en hopelijk binnenkort ook weer naar DOV. Wat dat laatste betreft, ben ik nog wel vrij pessimistisch ingesteld.

De Lock down, in verband met Corona, duurt in ieder geval nog tot en met 15 maart en ook de eerste periode daarna zie ik nog niet veel versoepeling gebeuren. In ieder geval niet ten aanzien van het binnensporten. Het is natuurlijk een cliché, maar we moeten hier even doorheen.

Zodra het natuurlijk weer mogelijk is, zullen we dit zo spoedig mogelijk laten weten. Door middel van een bericht op de website en/of eventueel een extra nieuwsbrief.

De collecte voor het fonds

Gehandicaptensport is ook weer gestart.

Van iedere donatie gaat 50% naar DOV.

Voor het geval dat iemand de link niet heeft gekregen om te doneren geef ik hem hier ook nog even:

https://gehandicaptensport.digicollect.nl/jan?utm_source=digicollect&utm_medium=email&utm_campaign=fonds-gehandicaptensport

De volgende keer hoop ik dat mijn bijdrage iets positiever er uit zal zien.

André Jongsma

Ander nieuws.

Zo nu en dan lees ik op facebook of andere media dat men andere sporten heeft ontdekt die wel mogen. (of gedoogd worden).

Doet u ook zoiets? Laat het uw medesporters weten. Stuur uw stukje (liefst met foto) naar redactie@dovleewarden.nl

Dan zorg ik dat het in de volgende nieuwsbrief komt te staan.

Jan Kootstra

Op de volgende pagina bijt Anneke de Wilde alvast de spits af.

Veel leesplezier.

ARM POWERED BY
DOUBLE
PERFORMANCE

*Improving the efficiency
of Armpower!*
in wheelchair-use

**ERGONOMIE
& EXPERTISE**
in rolstoelen & handbikes

Double Performance: rolstoel & handbike expertisecentrum

Double Performance B.V. | Zuidbaan 589 | 2841 MD Moordrecht, Nederland

0182 - 573 833 | reacties@doubleperformance.nl | www.doubleperformance.nl

Hallo allemaal. Jan vroeg of ik even een stukje wilde schrijven. Ik mis het sporten bij DOV enorm en ik hoop dat er snel weer wat meer mag. Wat doe ik dan wel om een beetje in vorm te blijven? Ik probeer elke dag een stukje te lopen of te fietsen. Even in de buitenlucht is sowieso goed! Beetje rekken en strekken in de buitenlucht kan ook. Eventueel kun je met iemand afspreken om te wandelen/rollen of wat oefeningetjes in de buitenlucht te doen. Ook doe ik de hele winter al aan koudwater training. Recent met ijs en sneeuw was natuurlijk extra leuk (zie foto). Bouw dit wel rustig op en doe dit zeker niet alleen. Je moet wel ontdekken hoe je lichaam hier op reageert. Koud afdouchen kan al een mooi begin zijn. Wim Hof heeft hier een mooi boek over geschreven. Hopelijk heb ik jullie wat kunnen inspireren. Het wordt ook iets makkelijker om naar buiten te gaan. De dagen worden wat langer en het zonnetje doet weer zijn best. Hopelijk tot snel bij DOV, want samen sporten is natuurlijk het allerleukst!

Groetjes, Anneke



Collecte Fonds Gehandicapten Sport.

Van 4 tm 10 april 2021 is er de collecte week voor de gehandicapten sport.

Wilt u de link die in het stukje van de voorzitter zit kopiëren en aan uw vrienden en kennissen mailen.

Hoe meer mensen doneren des te meer komt er op rekening van DOV.

Jan Kootstra



Heeft u of iemand in uw omgeving hulp nodig bij het betalen van alle rekeningen en verplichtingen

Wij helpen u daar graag bij!

- ✓ Inkomensbeheer
- ✓ Budgetbeheer
- ✓ Bewindvoering
- ✓ Administratieve diensten
- ✓ PGB

Alles wat te maken heeft met inkomen, betalingen, toeslagen, belasting, kwijtschelding

Bel voor meer informatie

Tel: 058-216 95 95

(ma-di-do-vr tussen 10.00-12.00 uur)

Mail: info@bewindplusfriesland.nl

www.bewindplusfriesland.nl