



Beste buurtbewoners,

Het einde van het jaar nadert en we komen in een nieuw seizoen: de winter. Wat voor winter zal het dit jaar worden? Wordt het koud en gaat het misschien wel sneeuwen? Het weer blijft een complex iets. Wetenschappers speculeren erover dat het dit jaar een strenge winter zal worden. Wij zijn benieuwd!

Ook zijn er een aantal boerenwijsheden die kou en sneeuw lijken te voorspellen:

- Eekhoorns verzamelen extra veel noten
- Meer eikels dan normaal
- Wespen bouwen hun nest hoger in de bomen
- Ganzen vliegen eerder richting het zuiden

De natuur komt tot rust in de winter en sommige dieren, zoals egels, vleermuizen en hamsters houden een winterslaap. Tijdens de koude wintermaanden is het voor veel dieren namelijk lastig om aan voedsel te komen. Om met deze voedselschaarste om te kunnen gaan, houden zij een winterslaap. Dit helpt hen om met zo min mogelijk energie door deze moeilijke periode heen te komen.

Hoewel de winter voor de natuur en sommige dieren een rustperiode is, is het voor ons als mensen vaak een tijd met gezelligheid en feestelijke momenten. We genieten samen van tradities als Sinterklaas en Kerst en komen bij elkaar om lekker te dineren. Het betekent vaak juist een tijd met veel eten, terwijl dat voor dieren dus het tegenovergestelde geval is. Januari is voor veel mensen een rustige maand. We komen bij van alle drukte en nemen wat meer tijd voor onszelf.

Dit jaar zal de winter er anders uit zien dan wij gewend zijn. Het ongedwongen samenkomen met grote groepen en vrijuit genieten met elkaar zit er even niet in. Wij van Buurthuis de Brug proberen toch er voor te zorgen dat we op veilige wijze samen kunnen komen om te genieten van een kop koffie of kleinschalige activiteit. Meer hierover vindt u in ons programma en in dit Bruggetje. Ons motto is nu: 'Samen genieten van de kleine dingen'!

We hopen u te mogen ontvangen in deze wintermaanden en hopen in het nieuwe jaar graag op een jaar waarin we nog lang gezond met elkaar kunnen genieten in huiselijke sfeer!

Veel leesplezier!

Namens,

De gastvrouwen van Buurthuis de Brug

## Terugblik Mantelzorgweek



In de week van 9 november organiseerde Samen op de Heuvelrug de mantelzorgweek. Omdat wij dit jaar niks groots konden organiseren op het buurthuis, hebben we besloten om dit jaar lunchpakketjes bij mantelzorgers te bezorgen. Voorafgaand aan deze week kregen wij de leukste mailtjes en telefoontjes van mensen die een mantelzorgers in het zonnetje wilden zetten. Iedereen bedankt voor jullie aanmeldingen!

Door de vele aanmeldingen, hebben wij de hulp ingeschakeld van de Albert Heijn op de Hoofdstraat in Driebergen. Zij hebben ons met veel plezier gesponsord en wij danken ook hen hiervoor hartelijk.



Wij hebben in totaal ruim 30 lunchpakketjes mogen uitdelen en wat was het fijn om dit te mogen en te kunnen doen, want wat zijn onze mantelzorgers toch belangrijk! Wij hopen dat we volgend jaar zeker weer zoiets moois kunnen gaan neerzetten.



## Tai Chi

Via deze weg willen we onze Tai Chi leraar: Frits Koens nogmaals bedanken voor zijn fijne lessen bij Buurthuis de Brug. Hij startte in oktober 2018 en heeft met plezier elke week les gegeven op de vrijdagochtend aan een groep mensen uit de buurt.

We verwelkomen onze nieuwe Tai Chi leraar: Ruud Tielsema en zijn blij dat we de Tai Chi lessen kunnen voortzetten. Tai Chi Qigong is een Chinese bewegingsleer waarbij je door ronde, vloeiende en harmonieuze bewegingen je bewust omgaat met je lichaam en geest. Omdat je in Tai Chi met je energie werkt in plaats van spierkracht, ben je vele malen sneller en krachtiger dan iemand die louter spieren gebruikt. In deze Tai Chi lessen gaan je aan de slag met diverse series Tai Chi & Qigong oefeningen. Dit zijn de zogenaamde medische oefeningen - gebaseerd op de Traditionele Chinese Gezondheidskunde - die de vitaliteit verhogen en je weerbaar maken tegen alle invloeden van buitenaf; stress, het weer en ziekten.



Geniet, beweeg en neem een ontspannend en gezond moment voor jezelf. Na afloop wordt er op gepaste afstand een kopje koffie gedronken samen.

Wanneer? Iedere vrijdag van 10.15 tot 11.30 uur

Kosten: €4,50

U kunt zich per les aanmelden.

Lijkt het u leuk om mee te doen? Aanmelden kan via [info@buurthuisdebrug.com](mailto:info@buurthuisdebrug.com) of 0343-510366

## Kerstactie Buurthuis

Wist u dat wij dit jaar handgemaakte kerst-ornamenten verkopen, in de vorm van een vrolijke sneeuwpop? Deze kunt u in uw eigen huis ophangen of cadeau geven aan een ander. Als u één van deze sneeuwpopjes koopt maakt u kans op mooie prijzen uit onze speciale kerstloterij. Deze prijzen worden verzorgd door verschillende sponsors uit de omgeving. Wij willen hen heel hartelijk bedanken hiervoor!



U kunt deze schitterende sneeuwpopjes kopen voor €2,- per stuk of 3 voor €5,- en u ziet dan direct of u één van de mooie prijzen uit de kerstloterij gewonnen heeft.

Dit wilt u toch niet missen? Wees er snel bij, want op is op!

## Nieuwjaarsmoment om thuis van te genieten

Dit jaar willen we ook het begin van het nieuwe jaar: 2021 niet zomaar aan ons voorbij laten gaan. Hoewel een grote ongedwongen nieuwjaarsborrel bij het Buurthuis nu niet mogelijk is, hebben wij toch een leuke oplossing bedacht.

Op dinsdag 5 januari kunt u tussen 14.30 en 16.00 uur een leuk pakketje ophalen, bestaande uit een oliebol of appelflap, heerlijke warme drank 'to go' erbij en een leuke verrassing. Zo kunt u hier thuis heerlijk van genieten, met het Buurthuis in gedachte.

Wij willen u vragen om deze voor 1 januari te bestellen als u interesse heeft. Mocht dit voor meerdere personen zijn, geef dit even aan. Dit kan via [info@buurthuisdebrug.com](mailto:info@buurthuisdebrug.com) of 0343-510366.

Het pakketje wordt u aangeboden door Buurthuis de Brug!



## Knutselen voor kinderen van 2 tot 12 jaar

Wist je dat er op het programma van december in de kerstvakantie weer twee gezellige kinderknutselochtenden gepland staan? En ook in de voorjaarsvakantie in februari staat hij weer op ons programma!



Kom lekker mee doen en neem je vriendjes, vriendinnetjes, broer, zus of buurkinderen mee. We maken leuke knutselwerkjes die je vervolgens mee naar huis kunt nemen!

Datum: dinsdag 22, dinsdag 29 december en 23 februari

Tijd: 9.30 – 11.00 uur

Kosten: 2,50 per kind incl. glaasje limonade

## Kerstdiner voor thuis

Dit jaar willen wij u toch verwennen met een heerlijk kerstdiner vanuit 'Het Gemakspannetje' van De Brug. Hier kunt u thuis dan van genieten met de kerstdagen. Dit scheelt weer een bezoek aan de supermarkt en ook hoeft u dan niet lang de keuken in. Het enige wat u hoeft te doen is de maaltijd op te warmen en er lekker van te smullen!



Er zijn verschillende menu's mogelijk, zoek zelf de lekkerste uit bij één van de gastvrouwen. Aan de hand van uw keuze wordt het bedrag van het diner bepaald. Het gemiddelde bedrag van een zelf samengesteld 3-gangen menu kost per persoon €10,-

U kunt het diner bestellen tot uiterlijk woensdag 16 december. Afhalen kan op donderdag 24 december tussen 11.30 en 13.00 uur

Voor meer informatie, mail naar: [info@buurthuisdebrug.com](mailto:info@buurthuisdebrug.com) of bel: 0343-510366.

## Doe mee met onze Winter fotoactie en win!

Wij hebben in oktober via facebook een Herfst fotoactie gehad, waarbij iedereen een foto kon insturen in het thema: herfst. We kregen verschillende mooie foto's binnen, maar hebben uiteindelijk deze 2 foto's gekozen als de prijswinnaars:



Na het grote succes van deze Herfst fotoactie op Facebook, organiseert het Buurthuis nu ook graag een leuke winteractie. Wilt u ook kans maken op een mooie prijs? Het enige wat u hoeft te doen is een leuke foto in Winterthema te maken, denk eventueel aan buiten tijdens een mooie wandeling, binnen in uw knusse huis met gezellige versiering.

Deze foto ontvangen wij graag uiterlijk 31 december 2020. U kunt de foto op de post doen (Sperwerkamp 38, 3972 WE, Driebergen) of mailen naar [info@buurthuisdebrug.com](mailto:info@buurthuisdebrug.com), met een korte beschrijving waarom u deze foto zo mooi vindt.

Kijk om u heen, geniet en maak een prachtige winterse foto.

Veel plezier en we zien uw foto graag verschijnen!

