

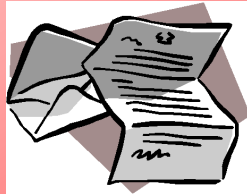
De week van Co

Dit is een tijdelijk krantje om de weken van de Corona-tijd door te komen.

Nummer 5
21 april 2020

Tips hoe komt u de dag door?

- Lees een boek/krant/tijdschrift.
- Ga puzzelen.
- Bel uw burens, vrienden, familie of kennissen.
- Doe een aantal beweegoefeningen.
- Ga wat bakken/koken.
- Schrijf een brief/kaart en verstuur.
- Ga breien.
- Ga schilderen, tekenen of iets maken.



Heeft u nog tips voor uw omgeving? Laat het ons weten door te bellen naar 020-4963673 dan geven wij de tips in de volgende week van Co door aan de lezers.

Let op: neem geen hulp van vreemden aan.

Heeft u tips of ideeën voor elkaar en voor in 'De week van Co'?
Bel dan 020-4963673 of mail j.goudsmit@coherente.nl

Flauwe grap: Oeps, ik moest net 3x niezen en ik kom uit Brabant... Betekent dat: "morgen mooi weer?" of "morgen mooi weer thuisblijven?"



EEN BENUWD PLASJE - ingestuurd door inwoner Ouder-Amstel



Op een warme zomerdag bij de bushalte, zei ik tegen mijn busmaatje: "ik moet zo nodig plassen"

"Oh", zei ze "daar in het cultureel centrum ga ik altijd".

Aangezien ik nog voldoende tijd had voor de bus vertrok, ging ik op zoek naar het toilet.

Aldaar aangekomen zag ik dat er niemand was en dat de wc deuren openstonden en de deurknoppen verwijderd waren i.v.m. een opknopbeurt.

Geen nood dacht ik, ik zet mijn tas wel tussen de deur.

Maar tot mijn stomme verbazing vloog de deur voordat ik mijn tas neer had kunnen zetten in het slot.

Wel, daar zat ik dan eenzaam opgesloten! Nou niet paniekerig doen zei ik tegen mijzelf, want daar bereik je niets mee.

De wc deur liep gelukkig niet helemaal door tot op de grond, dus besloot ik onder de deur door te kruipen. Eerst mijn hoofd, dat ging niet. Dan maar zittend met mijn rug tegen de wc-pot mijn benen onder de deur door en zo wurmde ik als een volleerde limbodanser de rest van mijn lichaam er onderuit.

Ik lachte in mijzelf dat het mij gelukt was en dat er op dat moment niemand het toilet binnenkwam, want stel je voor dat ze daar een stel benen onder de deur zagen steken.

Al met al had ik mijn plasje nog niet kunnen plegen. Wijs geworden heb ik toen van het invalidentoilet gebruik gemaakt.

Bij de bushalte teruggekomen zei mijn busmaatje toen ze mij van achteren zag, "wat heb jij gedaan?" Onder het schoon kloppen van mijn rug vertelde ik haar mijn avontuur.

Foto Gemma Straver



Blijf in beweging

Doe alle oefeningen 10x



Benen strekken



Armen van laag naar hoog



Zijwaarts aantikken

Geschiedenisvraag Ouder-Amstel

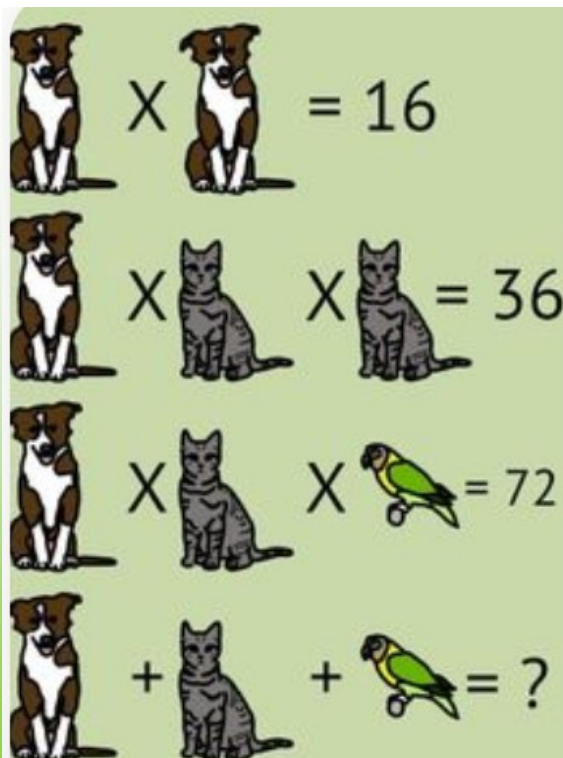
In welk jaar werd het NS station Duivendrecht in gebruik genomen?



Antwoorden: 1993

Rekenpuzzel

Welk getal komt er op de plek van het vraagteken?



Antwoord editie 4:

Cijfer 2

Winnaars:

mevrouw Overwater, meneer Kampen en meneer de Vries

Stuur de antwoorden voor 28 april op naar j.goudsmits@coherente.nl of bel 020-4963673. In de volgende editie wordt de winnaar bekend gemaakt, diegene ontvangt een prijsje in de brievenbus.