

NYT FRA BESTYRELSEN

juli 2020



Mange medlemmer er aktive i sommerens tilbud

Mange udendørs aktiviteter er startet: Krocket, cykling, tennis, stavgang, pickleball, travetur, petanque, krolf og orientering. Også flere indendørs aktiviteter fra sommerprogrammet er i gang: Billard, bordtennis, cirkelspin, spinning og stolemotion.

Det er meget glædeligt, at så mange kaster sig over aktiviteterne, selv om det sociale udbytte ved at være med måske er mindre, end det plejer, fordi vi skal overholde regler og retningslinjer for at minimere risikoen for Corona-smitte.



Den 3. juni indviede 60 krolfspillere den nye bane på den store plæne foran Roskilde Kongrescenter. Banen er blevet til i et samarbejde mellem kongrescentret og RÆM.

De mange krolfspillere i RÆM har glæde af banen hver fredag formiddag, og ellers har kongrescentret mulighed for at tilbyde dets gæster at låne banen.

Vinterprogrammet er ude den 10.august

Ja, undskyld, vi trænger os på med snak om vinter... Men vi kan afsløre, at vintersæsonen i RÆM indledes den 1. september. I år har bestyrelsen besluttet ikke at udsende et trykt program. Og det betyder, at medlemmerne primært bliver informeret via

- Mails fra lederne af aktiviteterne til deltagerne på holdene
- Nyhedsmail til alle medlemmer med vinterprogrammet udsendes den 10. august
- Hjemmesiden - tjek Vinteraktiviteter

Fra den 10. august er der åbent for tilmelding til holdene.

Meget bliver anderledes

Det bliver dejligt at komme i gang med motion i vintersæsonen, men selv om nedlukningen i foråret er et overstået kapitel, er Corona-smitten stadig en betydelig risiko, og derfor bliver meget anderledes i vintersæsonen.

RÆM overholder naturligvis alle retningslinjer og anbefalinger fra myndighederne, og det kan betyde:

- Færre på holdene / opdeling af hold i mindre dele / nye hold
- Nye mødetidspunkter / kortere forløb
- Ingen omklædning og bad
- Ikke noget samvær efter aktiviteterne

På nogle aktiviteter vil disse ændringer være meget tydelige i det kommende vinterprogram, mens andre aktiviteter vil blive afviklet nogenlunde, som de plejer.

Holdenes deltagere opfordres til at være opmærksomme på regler og retningslinjer fra lederne. Er du tilmeldt et vinterhold, får du direkte information fra lederen af holdet om, hvordan aktiviteten gennemføres i vintersæsonen. Det er vigtigt, at alle medlemmer omhyggeligt overholder de udstukne regler og retningslinjer.

Er du i tvivl om du er tilmeldt et bestemt hold, kontakter du blot lederen af holdet. Eller du ringer til RÆMs servicetelefon på 4635 4877.

Hvis du ikke allerede er på et vinterhold, så kontakt lederen af den aktivitet, du ønsker (se hjemmesiden raem.dk - Vinteraktiviteter) eller ring til RÆM.

OBS Tag selv måtte med

Fremover vil RÆM ikke stille måtter til rådighed for deltagerne, det gælder for yoga, gymnastik og pilates.



Roskilde Ældre Motions forårslotteri

Det store lotteri, som RÆM har overtaget fra Lions Roskilde, skulle have været ude hos jer midt i marts - men fra den 1. august til udgangen af oktober er der åbnet for salget af lotterikuverter, 20 kr./stk.

Som sædvanlig er der mange fine gevinster og rabatmuligheder i lotteriet. Køb kuverterne hos lederne - og som tidligere får holdet 10 kr. pr solgt kuvert som bidrag til en festlig sæson- eller juleafslutning.

Roskilde Ældre Motion afholder Forårslotteriet for at samle midler til

- initiativer, der kan skabe mere kvalitet og flere oplevelser for borgere på plejehjem i kommunen
- initiativer og aktiviteter i julen for socialt udsatte ældre medborgere

RÆMs bestyrelse ønsker alle medlemmer en fortsat god sommer

den 19. juli 2020