



## Spannende Boeken Weken

Zomer, zon, warmte. Heerlijke lange dagen genieten met een boek

Nieuwsbrief BiblioNu juni 2019



### **Lekker ontspannen met een stapeltje spanning**

Ook dit jaar staan de Spannende Boeken Weken van 1 t/m 21 juni in het teken van Zomerlezen. Met de vakantie voor de deur is dit het moment om je koffer met spannende (luister)boeken of zenuwslopende films te vullen. Een zinderende zomer begint bij de bieb. Met een keur aan titels die garant staan voor urenlang leesplezier.



### **Hoe hoog is uw bloeddruk?**

Van 3 t/m 8 juni is de vestiging Venray een bloeddruk meetpunt van de Hartstichting. Het is belangrijk om de hoogte van je bloeddruk te kennen. Een hoge bloeddruk voel je namelijk niet, maar vergroot wel de kans op een hart- of vaatziekte.

Bij het meetpunt krijgt u tips en adviezen over wat u zelf kunt doen om de bloeddruk op een gezond niveau te brengen of te houden. De gemeten bloeddruk in de bibliotheek is persoonlijk, en wordt met niemand gedeeld. Kijk voor de actuele meettijden op [www.biblionu.nl](http://www.biblionu.nl)

