



Dagactiviteiten en Ontmoeting Oostgaarde

4^e KWARTAAL 2021

LOCATIE BEEMSTERHOEK

Het is fijn om onder de mensen te zijn, een praatje te maken, aandacht te geven en te krijgen en deel te nemen aan activiteiten, samen te eten of te bewegen. **U bent van harte welkom!**

PROGRAMMA		OKTOBER – NOVEMBER – DECEMBER 2021	
Maandag t/m vrijdag			bijdrage
12.00 - 13.00	Samen Koken, Samen Lunchen	Gezellig samen de lunch bereiden en tafelen. Broodmaaltijd. Warme maaltijd ook mogelijk! In de Kerstweek (di. t/m vrij): iedere dag een extra bijzondere lunch!	€2,50/ €6,10
10.00 - 15.30	Ontmoeting	Welkom voor een gesprek, kopje koffie of thee. U kunt meedoen met de activiteiten van de Dagactiviteiten.	afh. van activiteit
Maandag			
10.00 - 12.00	Klaverjassen	Gezellig met elkaar een kaartje leggen.	geen
13.00 - 15.30	Café Creatief	Creatieve middag.	geen
Dinsdag			
10.00 - 11.30	Kruiswoordpuzzel	De hersens kraken met kruiswoordpuzzels.	geen
11.00 - 12.00	Samen in beweging	Samen bewegen, gericht op functioneel bewegen (stabiliteit, souplesse en motoriek).	€2,50
13.30 - 16.00	Ontmoeting - INLOOP	Gezellig actief met spel, gesprek, koersbal, rummymcup, kaarten	geen
13.15 - 15.30	Duofiets	Samen fietsen. Voor wie moeite heeft/krijgt met fietsen.	geen
Donderdag			
10.00 - 11.30	Rond de tafel	Met elkaar de actualiteit bespreken.	geen
13.30 - 16.00	Ontmoeting - INLOOP	Gezellig actief met spel, gesprek, sjoelen, koersbal, kaarten	geen
13.15 - 15.30	Duofiets	Voor als alleen fietsen niet (meer) gaat. Gezellig samen fietsen!	geen
Vrijdag			
10.15 - 11.15	Geheugengym	Op verschillende manieren zetten we het geheugen aan het werk. Doe mee en blijf actief!	geen
11.15 - 12.00	Samen in beweging	Samen bewegen, gericht op functioneel bewegen (stabiliteit, souplesse en motoriek).	€2,50
13.30 - 15.30	Duofiets	Samen fietsen, voor als alleen fietsen niet (meer) gaat.	geen
13.30 - 15.30	Schilderen met afasie	NIEUW Schilderen voor mensen met Afasie, begeleid door een kunstenaar. (*niet woonachtig in Capelle: €4,00)	geen*
SPECIALE ACTIVITEITEN			
7 oktober	Wandeling Oostgaarde	Oostgaarde Actief! Aanmelden via Sportief Capelle .	gratis
13 oktober	Stampottenavond	Van 16.00 – 18.00 uur. Gezellig samen eten! Wel aanmelden.	€6,10
14 okt. en 15 dec.	Workshop Bloemschikken	Van 13.30 – 15.30 uur. Leuke middag, samen met groen aan de slag voor de Herfst en Kerst. Speciaal voor ouderen en senioren.	€6,50 (incl. materiaal)
29 november	St. Pannenkoek	12.00 – 13.00. Pannenkoekendag! Kom gezellig mee-eten.	€2,50
22 december	Kerstdiner	Van 16.00 – 18.00 uur. Samen aan een gezellige Kerstmaaltijd.	€7,10
29 december	Creatieve workshop	Van 13.30 – 15.30 uur. Lichtpuntje voor het nieuwe jaar maken!	€4,50
31 december	Oliebolleninloop	Van 10.00 – 14.00 uur - Samen het jaar afsluiten.	geen
LET OPI Voor alle activiteiten moet u zich van te voren even <u>aanmelden</u> : 06 – 820 646 44			

Voor meer informatie of kennismaken

Dagactiviteiten en Ontmoeting Oostgaarde | Locatie Beemsterhoek | Beemsterhoek 338 |
06 – 820 646 44 **let op = nieuw nummer!** | openinloop@zellingen.nl



Verbuur Samen!