

# ACTIVITEITENKALENDER OKTOBER

Op deze Activiteitenpagina vind je een deel van de activiteiten die in Nieuwegein door verschillende organisaties worden aangeboden. Deze activiteiten zijn bedoeld voor iedereen in Nieuwegein die graag andere mensen wil ontmoeten in een veilige en prettige omgeving. Veel van de activiteiten worden begeleid door deskundige stadsgenoten of door docenten die aandacht hebben voor omzien en respect naar elkaar.

ACTIVITEIT	VOOR WIE	AANMELDEN & INFO	KOSTEN	WAAR
<b>MAANDAG</b>				
<b>Wandelgroep Galecop</b> 1, 8, 15, 22 en 29 oktober 10.00 - 11.30 uur	<b>55</b>	Fit worden en blijven • Lange afstanden • Esther Jansen, 06 - 291 12 367 of e.jansen@merwestein.nl • Aanmelden via <a href="http://www.sportidnieuwewegein.nl">www.sportidnieuwewegein.nl</a>	Gratis	Thorbeckepark 183
<b>Gymnastiek</b> 1, 8, 15, 22 en 29 oktober 10.00 - 11.00 of 11.15 - 12.15 uur	<b>55+</b>	Gymnastieklessen met verschillende oefeningen om de mobiliteit, spierkracht en de conditie op niveau te houden • Ook op de donderdagochtenden • Aanmelden bij Caroline van der Helm via 030 - 60 042 67 of c.vanderhelm@merwestein.nl • <a href="http://www.sportidnieuwewegein.nl">www.sportidnieuwewegein.nl</a>	€ 16,- p/mnd bij 1x in de week € 32,- p/mnd bij 2x in de week	Sportcomplex Merwestein, Merweplein 1
<b>Fietsgroep Kerkveld</b> 1, 8, 15, 22 en 29 oktober 14.00 - 16.00 uur	<b>50+</b>	Weer of geen weer, fietsen in en rond Nieuwegein • <a href="mailto:info@sportidnieuwewegein.nl">info@sportidnieuwewegein.nl</a> • Buurtsportcoach Julia van Weelden, 030 - 60 042 67 of <a href="mailto:j.vanWeelden@merwestein.nl">j.vanWeelden@merwestein.nl</a> • Aanmelden via <a href="http://www.sportidnieuwewegein.nl">www.sportidnieuwewegein.nl</a>	Gratis	Parkeerplaats, Nedereindseweg 401
<b>Biljarten</b> 1, 8, 15, 22 en 29 oktober 10.00 - 12.00 uur	<b>55+</b>	Biljarten en gezelligheid • Biljart trainer aanwezig • Esther Jansen, 030 - 60 042 67 of e.jansen@merwestein.nl	Gratis	Kantine J.S.V., Sportpark Galecop
<b>Creatief schilderen</b> 1, 8, 15, 22 en 29 oktober 10.00 - 12.00 uur	<b>Iedereen</b>	Schilderen met verschillende technieken en materialen op papier en doek • Zowel realistische als abstracte stijl • Aanmelden bij docent Jet van Swieten via 06 - 294 93 579 of <a href="mailto:dorpshuisvreeswijk@gmail.com">dorpshuisvreeswijk@gmail.com</a>	€ 19,50 p/mnd, Stadspas korting	Dorpshuis, Fort Vreeswijk 1
<b>Koersbal</b> 1, 8, 15, 22 en 29 oktober 10.00 - 12.00 uur	<b>50+</b>	Koersbal lijkt enigszins op jeu-de-boules • In spelvorm meer bewegen • Aanmelden bij de beheerder dorpshuis, 06 - 216 64 918 of <a href="mailto:dorpshuisvreeswijk@gmail.com">dorpshuisvreeswijk@gmail.com</a>	€ 8,90 p/mnd, Stadspas korting	Dorpshuis, Fort Vreeswijk 1
<b>Koor RefreshSing</b> 1, 8, 15, 22 en 29 oktober 20.00 - 22.30 uur	<b>Vrouwen</b>	Eigentijds repertoire uit verschillende muziekstijlen • Zowel a capella als met muzikale begeleiding • Welkom tijdens repetitie • Aanmelden via <a href="http://www.refreshsing.nl">www.refreshsing.nl</a>	€ 15,- inschr.geld € 30,- p/mnd Stadspas korting	Dorpshuis, Fort Vreeswijk 1
<b>PLUS café</b> 1, 8, 15, 22 en 29 oktober 14.30 - 16.00 uur	<b>55+</b>	Lifestyle-café om wekelijks Nieuwegeiners te ontmoeten • Op 15 oktober komt het onderwerp ziekte & overlijden aan bod • Aanmelden via <a href="mailto:actie@detweede verdieping.nu">actie@detweede verdieping.nu</a> • <a href="http://www.detweede verdieping.nu/wat-is-er-te-doen">www.detweede verdieping.nu/wat-is-er-te-doen</a>	Gratis	Bibliotheek De 2 <sup>e</sup> verdieping, Stadsplein 1C
<b>Sportfit</b> 1, 8, 15 en 29 oktober 9.30 - 10.15 uur	<b>55+</b>	Gezellige en sportieve beweegles voor ouderen • Marja de Ruiter, 06 - 571 66 998 of <a href="mailto:mderuiter@movactor.nl">mderuiter@movactor.nl</a> • <a href="http://www.movactor.nl">www.movactor.nl</a>	€ 18,- p/mnd Stadspas gratis	Doorslag, Parelduiker 13
<b>iPad cursus (12 dagen)</b> 1, 8, 15 en 29 oktober 11.15 - 12.45 (gevoerd.)	<b>Iedereen</b>	Voor diegenen die de basisbeginselen van de iPad al kennen • Eigen iPad meenemen • Aanmelden bij Roel Hodes via 06 - 348 27 646 of <a href="mailto:rbhodes@ziggo.nl">rbhodes@ziggo.nl</a> • <a href="http://www.movactor.nl">www.movactor.nl</a>	Totaal € 12,- Stadspas gratis	Doorslag, Parelduiker 13
<b>Parkinson Café</b> 15 oktober 14.00 - 16.00 uur	<b>Iedereen</b>	De ergotherapeut demonstreert verschillende hulpmiddelen bij praktische problemen voor mensen met Parkinson • <a href="http://www.parkinson-vereniging.nl">www.parkinson-vereniging.nl</a> • Bas van den Boom, <a href="mailto:bc.boom@telfort.nl">bc.boom@telfort.nl</a> of 06 - 336 69 592	Gratis	Dorpshuis, Fort Vreeswijk 1
<b>Wandel je Fit!</b> 29 oktober 19.00 - 21.30 uur	<b>Iedereen</b>	Een nieuwe wandel uitdaging voor iedereen met (een verhoogd risico op) hart- en vaatziekten • Van november 2018 tot en met april 2019 • Buurtsportcoach Julia van Weelden, 030 - 60 042 67 of <a href="mailto:j.vanWeelden@merwestein.nl">j.vanWeelden@merwestein.nl</a> • <a href="http://www.sportidnieuwewegein.nl">www.sportidnieuwewegein.nl</a>	Gratis info avond	Bibliotheek De 2 <sup>e</sup> verdieping, Stadsplein 1C
<b>DINSDAG</b>				
<b>Crisiskaart training</b> 2, 9, 16, 23 en 30 oktober 11.00 - 13.30 uur	<b>Mensen die vrezes verward te raken</b>	Een Crisiskaart geeft houvast voor jezelf en voor de mensen die je helpen als jij het moeilijk hebt • De Crisiskaart is een persoonlijk, opvouwbaar kaartje met wat jouw wensen zijn tijdens een crisis. • Aanmelden via <a href="mailto:inspiratiehuisnieuwewegein@lister.nl">inspiratiehuisnieuwewegein@lister.nl</a> • <a href="http://www.inspiratiehuisnieuwewegein.nl">www.inspiratiehuisnieuwewegein.nl</a>	Gratis	Inspiratiehuis, Kempenaerpark 2
<b>Stijldansen</b> 2, 9, 16, 23 en 30 oktober 18.30 - 19.30 uur	<b>55+</b>	De Foxtrot, Engelse wals, de Quickstep leren of gewoon wat vaker dansen • Onder begeleiding van Hans van de Hoef • Aanmelden via 030 - 60 042 67 of c.vanderhelm@merwestein.nl • <a href="http://www.sportidnieuwewegein.nl">www.sportidnieuwewegein.nl</a>	€ 48,- voor 12 lessen	Sportcomplex Merwestein, Merweplein 1
<b>Jeu de Boulesgroep</b> 2, 9, 16, 23 en 30 oktober 13.30 uur	<b>50+</b>	Ontspannen een balletje gooien aan de Lekdijk • Geen ervaring nodig • Buurtsportcoach Sander Tuitel, 030 - 60 042 67 of <a href="mailto:s.tuitel@merwestein.nl">s.tuitel@merwestein.nl</a> • Aanmelden via het formulier op <a href="http://www.sportidnieuwewegein.nl">www.sportidnieuwewegein.nl</a>	Gratis	Bakenmonde (Lekboulevard)
<b>Wandelgroep Kerkveld/Batau</b> 2, 9, 16, 23 en 30 oktober 9.30 - 11.00 uur	<b>50+</b>	Een groep enthousiaste wandelaars vanaf Buurtplein Batau • Na afloop wordt er gezamenlijk iets gedronken • Buurtsportcoach Julia van Weelden, 030 - 60 042 67 of <a href="mailto:j.vanweelden@merwestein.nl">j.vanweelden@merwestein.nl</a> • Aanmelden via het formulier op <a href="http://www.sportidnieuwewegein.nl">www.sportidnieuwewegein.nl</a>	Gratis	Jan Vendrig, Het Sluisje 25
<b>Lunchcafé</b> 2, 9, 16, 23 en 30 oktober 12.00 - 13.00 uur	<b>Iedereen</b>	Grote groep vrijwilligers maken een lunch en doen de bediening • Mee-eten • Aanmelden een dag van te voren via 06 - 216 64 918 of <a href="mailto:dorpshuisvreeswijk@gmail.com">dorpshuisvreeswijk@gmail.com</a>	€ 4,50 Stadspas korting	Dorpshuis, Fort Vreeswijk 1
<b>Inloop &amp; Boekenruil</b> 2, 9, 16, 23 en 30 oktober 14.00 - 17.00 uur	<b>Iedereen</b>	Snuffel rond tussen de boeken en neem gerust wat boeken mee • De bar is open • <a href="http://www.departnernieuwegein.nl">www.departnernieuwegein.nl</a> • Carol Brettschneider, 06 - 541 368 97 of <a href="mailto:nieuwegein.departner@gmail.com">nieuwegein.departner@gmail.com</a>	Gratis	De Partner, Nedereindseweg 401A

ACTIVITEIT	VOOR WIE	AANMELDEN & INFO	KOSTEN	WAAR
<b>Sjoelen</b> 2, 9, 16, 23 en 30 oktober 13.30 - 15.30 uur	<b>Iedereen</b>	In een groepje dit traditioneel gezelschapsspel spelen • Marja de Ruiters, 06 - 571 66 998 of mderuiter@movactor.nl • www.movactor.nl	€ 1,- Stadspas gratis	Doorslag, Parelduiker 13
<b>Koor "Cantare"</b> 2, 9, 16 en 30 oktober 13.50 - 16.00 uur	<b>Iedereen</b>	Het repertoire is licht populair o.b.v. professioneel dirigent • www.cantarenieuwegein.nl • cantarenieuwegein@gmail.com	Onbekend	De Partner, Nedereindseweg 401A
<b>Nederlandse taalles</b> 2, 9, 16 en 30 oktober 10.00 - 11.30 uur	<b>Vrouwen</b>	Vrouwen die de Nederlandse taal beter willen leren schrijven en spreken • Hanan Amnouch, 06 - 186 07 916 of h.amnouch@balansnieuwegein.nl • www.balansnieuwegein.nl	Gratis	La CaZa, Hoorneschans 101
<b>Samen creatief</b> 2, 9, 16 en 30 oktober 11.30 - 15.00 uur	<b>Vrouwen</b>	Wees creatief en kom in contact met andere vrouwen uit verschillende culturen • Hanan Amnouch, 06 - 186 07 916 of h.amnouch@balansnieuwegein.nl • www.balansnieuwegein.nl	Gratis	La CaZa, Hoorneschans 101
<b>KBO Ontspannings-activiteit</b> 16 oktober, 14.00 - 16.15 uur	<b>55+</b>	Een optreden van vrouwenkoor "Fun Unlimited Nieuwegein" • Aansluitend een verloting • Feedie von Bannisseht, 030 - 60 395 70	€ 5,-	Lupinestraat 11

## WOENSDAG

<b>Koersbal</b> 3, 10, 17, 24 en 31 oktober 10.00 - 12.00 uur	<b>50+</b>	Koersbal lijkt enigszins op jeu-de-boules • In spelvorm meer bewegen • Aanmelden bij de beheerder dorps huis, 06 - 216 64 918 of dorps huisvreeswijk@gmail.com	€ 8,90 p/mnd. Stadspas korting	Dorps huis, Fort Vreeswijk 1
<b>Inloop</b> 3, 10, 17, 24 en 31 oktober 09.30 - 12.00 uur	<b>Iedereen</b>	Ontmoetingsplek voor een kop koffie of thee • Beheerder dorps huis, 06 - 216 64 918 of dorps huisvreeswijk@gmail.com	Gratis	Dorps huis, Fort Vreeswijk 1
<b>Schaakclub</b> 3, 10, 17, 24 en 31 oktober 14.00 - 16.00 uur	<b>Iedereen</b>	Schaak inloop • Gewoon aanschuiven • Beheerder dorps huis, 06 - 216 64 918 of dorps huisvreeswijk@gmail.com	Gratis	Dorps huis, Fort Vreeswijk 1
<b>Geinfilmers</b> 3, 10, 17, 24 en 31 oktober 19.30 - 22.30 uur	<b>Iedereen</b>	Met een groep foto's en filmpjes maken • Henk van Montfoort, geinfilmers@gmail.com • Beheerder van het dorps huis, 06 - 216 64 918	Informatie bij de Geinfilmers club	Dorps huis, Fort Vreeswijk 1
<b>Creatieve inloop 'Maak er wat van.'</b> 3, 10, 17, 24 en 31 oktober 13.00 - 17.00 uur	<b>Iedereen</b>	Neem je eigen werk mee, laat je creativiteit de vrije loop en geef je eigen werk verder vorm • Beperkt materiaal aanwezig • www.inspiratiehuisnieuwegein.nl • Aanmelden via inspiratiehuisnieuwegein@lister.nl	Gratis	Inspiratiehuis, Kempenaerpark 2
<b>Muziek</b> 3, 10, 17, 24 en 31 oktober 10.00 - 12.00 uur	<b>Iedereen</b>	Samen muziek maken, teksten schrijven, zingen en instrumenten bespelen • Geen ervaring nodig • www.inspiratiehuisnieuwegein.nl • Aanmelden via inspiratiehuisnieuwegein@lister.nl	Gratis	Inspiratiehuis, Kempenaerpark 2
<b>Yoga</b> (Christine Kraaij) 3, 10, 17 en 24 oktober 13.00 - 15.00 uur	<b>Iedereen</b>	Yoga en meditatie • www.facebook.com/Zinnenprikkels • Joop Leppink, 06 - 448 12 871 • Aanmelden uiterlijk 1 dag van te voren via info@zinnenprikkels.nl	Gratis	De Wenck, Wenckebach-plantsoen 85a
<b>Computer Corner</b> 3, 10, 17 en 31 oktober 14.00 - 16.00 uur	<b>Iedereen</b>	Leer e-mailen, Facebooken, whatsappen, DigiD aanvragen, foto's bewerken, Marktplaats gebruiken etc • Hanan Amnouch, 06 - 186 07 916 of info@balansnieuwegein.nl • www.balansnieuwegein.nl	Gratis	La CaZa, Hoorneschans 101
<b>Koor 'de Barones singers'</b> 3, 10, 17 en 31 oktober 14.30 - 16.00 uur	<b>Iedereen</b>	Zingen met elkaar • Belangstellenden uit Nieuwegein kunnen altijd meezingen • Gea Evers, 06 - 234 41 202 of g.evers@zorgspectrum.nl	Consumpties voor eigen rekening	Grand café, Lekboulevard 10
<b>Online werken met de overheid</b> , 4 bijeenk. 10, 17, 24 en 31 oktober 10.00 - 12.00 uur	<b>Iedereen</b>	Zelf oefenen met de computer om digitaal zaken te regelen met de gemeente, Belastingdienst, Werk en Inkomen Lekstroom of de sociale verzekeringsbank • Enige internet ervaring is nodig • www.movactor.nl • Jacqueline Feith, jfeith@movactor.nl • Aanmelden via 030 - 60 337 48 of activiteiten@movactor.nl	Gratis	Stadshuis Stadsplein 1A, 2 <sup>e</sup> verdieping
<b>Biodanza</b> 17 en 24 oktober 20.00 - 22.00 uur	<b>Volwassenen</b>	Samen in beweging komen op wereldmuziek • Gezondheid, integratie en persoonlijke ontwikkeling • Aanmelden uiterlijk op de dinsdagen bij Lucie van der Veer via 030 - 60 432 08 of info@dansbiodanza.nl	Introductiekaart € 40,- (4 opeenvolgende lessen)	Mendes da Costalaan 132
<b>Thé Dasant</b> 17 oktober 15.00 - 17.00 uur	<b>Iedereen</b>	Een gezellige middag met twee uur vrij aan dansen, in verschillende stijlen • Welkom met én zonder danspartner • www.departnernieuwegein.nl • Joke Pieneman, nieuwegein.departner@gmail.com	€ 5,-	De Partner, Nedereindseweg 401A
<b>Voorleeslunch ouderen</b> 31 oktober 11.00 - 13.00 uur	<b>55+</b>	Luisteren naar een prachtig verhaal, onder het genot van een lunch • Aanmelden via actie@detweede verdieping.nu • www.detweede verdieping.nu/wat-is-er-te-doen	Gratis	Bibliotheek De 2 <sup>e</sup> verdieping, Stadsplein 1C

## DONDERDAG

<b>Keramik</b> 4, 11, 18 en 25 oktober 19.30 - 22.00 uur	<b>Volwassenen</b>	Maken van mooie werkstukken • Docent Julia Merkelijn, 06 - 456 14 895 of jcmkerkelijn@gmail.com • www.la-caza.nl/keramikles/	10 lessen € 100,- Stadspas korting	La CaZa, Hoorneschans 101
<b>Wandelgroep Galecop</b> 4, 11, 18 en 25 oktober 10.00 - 11.00 uur	<b>55+</b>	Fit worden en blijven • Korte afstanden • Esther Jansen, 06 - 291 12 367 of e.jansen@merwestein.nl • Aanmelden via www.sportidnieuwegein.nl	Gratis	Thorbeckepark 183
<b>Jeu de Boulesgroep</b> 4, 11, 18 en 25 oktober 13.30 uur	<b>50+</b>	Ontspannen een balletje gooien aan de Lekdijk • Geen ervaring nodig • Buurtsportcoach Sander Tuitel, 030 - 60 042 67 of s.tuitel@merwestein.nl • Aanmelden via het formulier op www.sportidnieuwegein.nl	Gratis	Bakenmonde (Lekboulevard)
<b>Gymnastiek</b> 4, 11, 18 en 25 oktober 9.00 - 10.00 of 11.15 - 12.15 uur	<b>55+</b>	Gymnastieklessen met verschillende oefeningen om de mobiliteit, spierkracht en de conditie op niveau te houden • www.sportidnieuwegein.nl • Aanmelden bij Caroline van der Helm via 030 - 60 042 67 of c.vanderhelm@merwestein.nl	€ 16,- p/mnd bij 1x in de week € 32,- p/mnd bij 2x in de week	Sportcomplex Merwestein, Merweplein 1
<b>Vitaal Wandelen Hoog-Zandveld</b> 4, 11, 18 en 25 oktober 10.00 - 11.00 uur	<b>55+</b>	Wandelgroep met oog voor de natuur en een lekker bakje koffie na het wandelen • Laurette Vossepoel, 06 - 300 38 509 of lvossepoel@movactor.nl	Gratis	Ratelaar 37

# ACTIVITEITENKALENDER

## OKTOBER

ACTIVITEIT	VOOR WIE	AANMELDEN & INFO	KOSTEN	WAAR
<b>Eetcafé</b> 4, 11, 18 en 25 oktober 17.30 - 19.00 uur	<b>Iedereen</b>	Grote groep vrijwilligers maken een diner en zitten in de bediening • Mee-eten • Aanmelden uiterlijk 1 dag ervoor via 06 - 216 64 918 of <a href="mailto:dorpshuisvreeswijk@gmail.com">dorpshuisvreeswijk@gmail.com</a> • <a href="http://www.inspiratiehuisnieuwewegein.nl/agenda">www.inspiratiehuisnieuwewegein.nl/agenda</a>	€ 5,75 Stadspas korting	Dorpshuis, Fort Vreeswijk 1
<b>Galecopperband</b> 4, 11, 18 en 25 oktober 14.00 - 16.00 uur	<b>Ouderen</b>	Creative activiteiten, kleine gerechten maken, praatmiddag, zingen, geheugen- en spellenmiddag • Wil Hack, 06 - 213 08 484 • Aanmelden via <a href="mailto:wilhack@hackservices.nl">wilhack@hackservices.nl</a>	€ 1,50 incl. materialen Stadspas korting	Buurtplein, Thorbeckeplein 183
<b>Intervisie vrijwilligers</b> 4, 11, 18 en 25 oktober 10.00 - 12.00 uur	<b>Vrijwilligers</b>	Tijdens de intervisie kun je problemen, maar ook praktische zaken met elkaar bespreken • <a href="http://www.inspiratiehuisnieuwewegein.nl">www.inspiratiehuisnieuwewegein.nl</a> • Aanmelden via <a href="mailto:inspiratiehuisnieuwewegein@lister.nl">inspiratiehuisnieuwewegein@lister.nl</a>	Gratis	Inspiratiehuis, Kempenaerpark 2
<b>Wandelgroep</b> 4, 11 en 18 oktober 9.55 - 11.00 uur	<b>Vrouwen</b>	Plezierig en verantwoordelijk werken aan je conditie • Hanan Amnouch, 06 - 186 07 916 of <a href="mailto:h.amnouch@balansnieuwewegein.nl">h.amnouch@balansnieuwewegein.nl</a> • <a href="http://www.balansnieuwewegein.nl">www.balansnieuwewegein.nl</a>	Gratis	La CaZa, Hoorneschans 101
<b>Speciallympics zwemmen</b> 4, 11 en 18 oktober 11.00 - 12.00 uur zwemmen (aansluitend lunch)	<b>Mensen met een beperking</b>	Aandacht voor het vertrouwen van de mensen, de zwemvaardigheid en oefeningen voor de spieren en gewrichten • Aanmelden bij Julia van Weelden, 030 - 60 042 67 of <a href="mailto:j.vanWeelden@merwestein.nl">j.vanWeelden@merwestein.nl</a> • <a href="http://www.sportidnieuwewegein.nl">www.sportidnieuwewegein.nl</a>	10x gratis, incl. lunch.	Sportcomplex Merwestein, Merweplein 1
<b>Bewegen met Plezier - Dans</b> 4, 11 en 18 oktober 9.30 - 10.30 uur	<b>55+</b>	Op muziek met een groep werken aan je conditie, kracht en lenigheid • Ieder op zijn eigen niveau • Buurtsportcoach Caroline van der Helm • Aanmelden via 030 - 60 042 67 of <a href="mailto:c.vanderhelm@merwestein.nl">c.vanderhelm@merwestein.nl</a>	€ 2,50 p/les	Hildo Kropstraat 8
<b>Jamsessie</b> 11 en 25 oktober 19.30 - 21.30 uur	<b>Iedereen</b>	Een echt podium én vakkundige begeleiding • Verschillende instrumenten en versterkers aanwezig • <a href="http://www.la-caza.nl/jamsessies">www.la-caza.nl/jamsessies</a> • 030 - 60 611 11 of <a href="mailto:info@la-caza.nl">info@la-caza.nl</a>	Gratis	La CaZa, Hoorneschans 101
<b>Mannen met Pannen</b> 18 oktober 16.00 - 20.00 uur	<b>Mannen</b>	Voor mannen die het gezellig vinden om samen te koken en te eten • Aanmelden uiterlijk dinsdag bij Marja de Rooter via 06 - 571 66 998 of <a href="mailto:mderooter@movactor.nl">mderooter@movactor.nl</a> • <a href="http://www.movactor.nl">www.movactor.nl</a>	€ 5,- Stadspas korting	Doorslag, Parelduiker 13
<b>Alzheimer café</b> 25 oktober 19.00 - 21.00 uur	<b>Iedereen</b>	Informatie krijgen en ontmoetingsplek voor mensen met dementie, hun naasten en belangstellenden • Annette Stock, 06 - 104 59 638 • <a href="http://www.alzheimer-nederland.nl">www.alzheimer-nederland.nl</a>	Gratis	Lekboulevard 10
<b>VRIJDAG</b>				
<b>Tai Chi</b> (Olga Feenstra) 5, 12, 19 en 26 oktober 13.00 - 14.30 uur	<b>Iedereen</b>	Tai Chi bevordert de lichamelijke gezondheid en geestelijk welzijn aan de hand van rustige oefeningen • <a href="http://www.facebook.com/Zinnenprikkels">www.facebook.com/Zinnenprikkels</a> • Joop Leppink, 06 - 448 12 871 • Aanmelden uiterlijk 1 dag van te voren via <a href="mailto:info@zinnenprikkels.nl">info@zinnenprikkels.nl</a>	Gratis	La CaZa, Hoorneschans 101
<b>Inloop</b> 5, 12, 19 en 26 oktober 10.00 - 12.00 uur	<b>Iedereen</b>	Ontmoetingsplek voor een kop koffie of thee • Beheerder dorps huis, 06 - 216 64 918 of <a href="mailto:dorpshuisvreeswijk@gmail.com">dorpshuisvreeswijk@gmail.com</a>	Gratis	Dorpshuis, Fort Vreeswijk 1
<b>Lunchcafé</b> 5, 12, 19 en 26 oktober 12.00 - 13.00 uur	<b>Iedereen</b>	Grote groep vrijwilligers maken een lunch en doen de bediening • Mee-eten • Een dag van te voren aan melden via 06 - 216 64 918 of <a href="mailto:dorpshuisvreeswijk@gmail.com">dorpshuisvreeswijk@gmail.com</a>	€ 4,50 p.p. Stadspas korting	Dorpshuis, Fort Vreeswijk 1
<b>Bewegen met Plezier - Fit &amp; Balans</b> 5, 12 en 19 oktober 10.00 - 11.00 uur	<b>55+</b>	In een nieuwe groep werken aan je kracht, conditie en balans • Je krijgt individuele begeleiding, op je eigen niveau • <a href="http://www.sportidnieuwewegein.nl">www.sportidnieuwewegein.nl</a> • Aanmelden via 030 - 60 042 67 of <a href="mailto:c.vanderhelm@merwestein.nl">c.vanderhelm@merwestein.nl</a>	€ 2,50 p/les	Hildo Kropstraat 8
<b>Vrouwen met Autisme</b> 12 en 26 oktober 14.30 - 17.00 uur	<b>Vrouwen met Autisme</b>	Ervaringen met elkaar delen • Je eigen kracht en mogelijkheden benutten naast je kwetsbaarheid • <a href="http://www.inspiratiehuisnieuwewegein.nl">www.inspiratiehuisnieuwewegein.nl</a> • Linsey Wijburg, <a href="mailto:linseywijburg@lister.nl">linseywijburg@lister.nl</a> • Aanmelden via <a href="mailto:inspiratiehuisnieuwewegein@lister.nl">inspiratiehuisnieuwewegein@lister.nl</a>	Gratis	Inspiratiehuis, Kempenaerpark 2
<b>Bingo</b> 12 oktober 20.00 - 22.30 uur	<b>Iedereen</b>	Bingo met leuke prijzen • Beheerder van het dorps huis, 06 - 216 64 918 of <a href="mailto:dorpshuisvreeswijk@gmail.com">dorpshuisvreeswijk@gmail.com</a>	€ 5,- per bingo kaart	Dorpshuis, Fort Vreeswijk 1
<b>Lezingcyclus dementie</b> 12 oktober 14.00 - 15.30 uur	<b>Iedereen</b>	Een fysiotherapeut vertelt over veiligheid in huis, valpreventie en het belang van beweging • <a href="http://www.vitras.nl/ontmoetingscentrum">www.vitras.nl/ontmoetingscentrum</a> • 06 - 207 01 094 of <a href="mailto:ocnieuwewegein@vitras.nl">ocnieuwewegein@vitras.nl</a>	Gratis	Nedereindseweg 1
<b>Pub Quiz</b> 19 oktober 20.00 - 22.30 uur	<b>Iedereen</b>	Een verassend thema met slimme vragen • Zelf met een team komen of ter plekke een team vormen • Beheerder van het dorps huis, 06 - 216 64 918 of <a href="mailto:dorpshuisvreeswijk@gmail.com">dorpshuisvreeswijk@gmail.com</a>	€ 2,- entree p.p.	Dorpshuis, Fort Vreeswijk 1
<b>Buikdansen</b> 26 oktober 15.00 - 16.30 uur	<b>Iedereen</b>	Centraal staat plezier, ontspanning en de beginselen leren van het buikdansen • Docent Joke Roomenburg • <a href="http://www.facebook.com/Zinnenprikkels">www.facebook.com/Zinnenprikkels</a> • Joop Leppink, 06 - 448 12 871 • Aanmelden uiterlijk 1 dag van te voren via <a href="mailto:info@zinnenprikkels.nl">info@zinnenprikkels.nl</a>	Gratis	La Caza, Hoorneschans 101
<b>Bingo</b> 26 oktober 19.00 - 21.30 uur.	<b>Iedereen</b>	Bingo met vijf spannende rondes • Per ronde kunt u drie prachtige prijzen winnen • <a href="http://www.la-caza.nl/bingo-2-2/">www.la-caza.nl/bingo-2-2/</a> • <a href="mailto:wijknetwerkfokkesteeg@gmail.com">wijknetwerkfokkesteeg@gmail.com</a>	€ 12,50 voor 10 bingokaarten	La CaZa, Hoorneschans 101
<b>Koor Klinklaar</b> 21 september 14.30 - 16.00 uur	<b>Iedereen</b>	Optreden van het koor Klinklaar • Team Welzijn en activering, 030 - 60 071 40 of <a href="mailto:ab.vreeswijk@zorgspectrum.nl">ab.vreeswijk@zorgspectrum.nl</a>	Gratis	Grand café, Lekboulevard 10

ACTIVITEIT	VOOR WIE	AANMELDEN & INFO	KOSTEN	WAAR
<b>ZATERDAG</b>				
<b>Repair Café Nieuwegein</b> 6 oktober 11.00 - 14.00 uur	<b>Iedereen</b>	Je eigen kapotte apparaten, kleding, fietsen, etc. repareren met hulp van vrijwilligers • Fietsverlichtingsactie: is jouw fiets goed verlicht? • Peer van Halderen, 06 - 175 64 000 of repaircafenieuwegein@gmail.com • www.repaircafenieuwegein.jouwweb.nl	Gratis	Milieu Educatie Centrum (MEC), Geinoord 9
<b>Kinderbeurs</b> 6 oktober 11.00 - 14.00 uur	<b>Iedereen</b>	Een beurs waar tweedehands kinderspullen wordt verkocht tegen lage prijzen • Nel Meijer, 06 - 505 57 762	Gratis entree € 4,50 tafelhuur	Doorslag, Parelduiker 13
<b>AHN SOOS</b> 6 oktober 13.30 - 16.00 uur	<b>Iedereen</b>	Gezellige middag met o.a. muziek, hapje, drankje en ruimte voor ontmoeting • Vervoer nodig voor de SOOS, neem contact op via 030 - 30 735 74 of kantoor@hulpdienstnieuwegein.nl • www.hulpdienstnieuwegein.nl	Gratis	Oortjesburg 2
<b>Bingo</b> 13 oktober 14.30 - 16.00 uur	<b>Iedereen</b>	Bingo • Team Welzijn en activering, 030 - 60 071 40 of ab.vreeswijk@zorgspectrum.nl	€ 2,- (voor 3 rondes)	Grand café, Lekboulevard 10
<b>Creatief koken met beperkt budget</b> 20 oktober 13.30 - 17.00 uur	<b>Iedereen</b>	Samen koken en eten • Iedere deelnemer mag een gast uitnodigen voor het eten • www.hulpdienstnieuwegein.nl • Aanmelden uiterlijk 18 oktober via 030 - 30 735 74 of kantoor@hulpdienstnieuwegein.nl	Gratis	Oortjesburg 2
<b>ZONDAG</b>				
<b>Zie je Zondag!</b> 7 oktober 14.30 - 17.00 uur	<b>Iedereen</b>	De bar is open en enkele acts om van te genieten • Of muziek gaat aan om lekker te dansen • Margaret Lambourne, 06 - 541 36 897 of nieuwwegein.departner@gmail.com • www.departnernieuwegein.nl	Gratis	Nedereindseweg 401A
<b>Opening expositie</b> 21 oktober 13.00 - 17.00 uur	<b>Iedereen</b>	Feestelijke opening door wethouder John van Engelen, Dichter Frans de Birk en muziek • Beheerder van het dorps huis, 06 - 216 64 918 of dorps huisvreeswijk@gmail.com	Gratis	Dorps huis, Fort Vreeswijk 1
<b>Soep &amp; Cultuur</b> 28 oktober 14.00 - 17.00 uur	<b>Iedereen</b>	Zelfgeschreven smartlappen door Trio Triest • Mag uit volle borst meegezongen worden • Beheerder van het dorps huis, 06 - 216 64 918 of dorps huisvreeswijk@gmail.com	Entree: € 2,- Soep: € 2,50	Dorps huis, Fort Vreeswijk 1
<b>DIVERS</b>				
<b>Plusbus van het Ouderenfonds</b> Iedere dag 10.00 - 18.00 uur	<b>55+</b>	Diverse uitjes • Zaterdag alleen voor mensen met een Stadspas • www.geinexpress.nl • stichtinggeinexpress@hotmail.nl Gery Eikelboom, 06 - 212 34 993	Afhankelijk van het uitje	U wordt opgehaald en weer thuis gebracht
<b>Lunch of diner</b> Eet mee! Vaste gast	<b>Senioren en gastkokers</b>	Senioren lunchen of dineren bij een eetadres in de buurt • Match op maat • 1 à 2 keer per maand als vaste gast • Aanmelden via 030 - 22 134 98 of www.eetmee.nl	Desgewenst een bijdrage in de maaltijdskosten	Bij mensen thuis
<b>Budgetcursus</b> Meerdere keren per jaar 5 bijeenkomsten van 2,5 uur Data en tijden in overleg	<b>Iedereen</b>	Beter omgaan met weinig geld • Uw financiële administratie bijhouden • Advies en tips om te bezuinigen • www.wil-lekstroom.nl/budgetcursus • Aanmelden via de klantenservice WIL op 030 - 70 223 00	Gratis	Stadshuis, Stadsplein 1b
<b>Stichting Vier het Leven</b> Volledig verzorgd mee uit naar theater, concert, film of museum	<b>65+</b>	Alles wordt geregeld, zoals gereserveerde plekken in theater en de horeca • Koffie vooraf en een drankje in de pauze • Vraag kosteloos programmaboekje aan op 035 - 52 451 56	Afhankelijk van de activiteit Stadspas korting	U wordt thuis opgehaald en thuisgebracht
<b>Jij &amp; ik</b> Ma-, wo- en vrijdag 09.00 - 12.00 uur	<b>Iedereen</b>	Loop binnen en heb een praatje met ervaringsdeskundigen die je helpt in jouw herstel • www.inspiratiehuisnieuwegein.nl • Aanmelden via inspiratiehuisnieuwegein@lister.nl	Gratis	Inspiratiehuis, Kempenaerpark 2
<b>Kom in beweging</b> Elke ma, wo en do 10.00 - 11.00 uur	<b>Vrouwen</b>	Een groep enthousiaste vrouwen wandelen maandag in Parkhout • Gebruik maken van de openbare sporttoestellen • Hanan Amnouch, 06 - 186 07 916 of h.amnouch@balansnieuwegein.nl • www.balansnieuwegein.nl	Gratis	La CaZa, Hoorneschans 101
<b>Expositie 'Laat je verrassen!'</b> Woe, do, vrij en za. t/m 27 oktober 13.00 - 17.00 uur	<b>Iedereen</b>	Kunstenaars Jan van Rossum, Nancy Boone en Liesbeth Boon tonen hun verschillende kunstwerken • Opening 29 sept. om 15.00 uur • Tett van der Woerd, 06 - 104 27 152 of prkunstgein@gmail.com • www.kunstgein.nl	Gratis	Atrium van Stadshuis, Stadsplein 1
<b>De Bengeltjes</b> Ma, di, do en vr. 8.45 - 11.45 uur	<b>(groot) ouders met kinderen</b>	Ouderen kunnen elkaar ontmoeten terwijl hun kinderen een activiteit doen • Nel Meijer, 06 - 505 57 762 of debengeltjes@notice.nu	€ 3,-	Bouwspeeltuin Jeugdland, Helmkruid 1
<b>Fort Vreeswijk</b> Iedere dag behalve zaterdag Op verschillende tijden	<b>Iedereen</b>	Diverse activiteiten o.a. Beter bewegen; Country line dance; Vreeswijk = Muziek; creatieve workshop; Tai chi; Wandelgroep en de Puzzelruilbeurs • Beheerder dorps huis via 06 - 216 64 918 of dorps huisvreeswijk@gmail.com • www.fortvreeswijk.nl	Afhankelijk van de activiteit Stadspas korting	Dorps huis, Fort Vreeswijk 1
<b>SportID</b> Elke doordeweekse dag Op verschillende tijden	<b>Afhankelijk van de activiteit</b>	Diverse sportactiviteiten o.a. Walking Football S.V. Geinoord; Bewegen met de bal; Bootcamp; POG zwemmen en Wandelen Batau • 030 - 60 042 67 • info@sportidnieuwegein.nl • www.sportidnieuwegein.nl/evenementen	Afhankelijk van de activiteit	Verschillende locaties
<b>La CaZa</b> Elke doordeweekse dag Op verschillende tijden	<b>Afhankelijk van de activiteit</b>	Diverse activiteiten o.a. Darten en Diner • www.balansnieuwegein.nl of www.la-caza.nl • 030 - 60 611 11 of info@la-caza.nl	Afhankelijk van de activiteit	La CaZa, Hoorneschans 101
<b>Inspiratiehuis</b> Elke doordeweekse dag Op verschillende tijden	<b>Afhankelijk van de activiteit</b>	Diverse activiteiten o.a. Werkgroep 'Herstellen door Vertellen'; Visagie Bibbedi Bobbedi Beauty; Peanut de inspirerende hond; Overleg en Lunch; Lunch; training WRAP • www.inspiratiehuisnieuwegein.nl • Yvonne Beerenfenger, YvonneBeerenfenger@lister.nl • Aanmelden via inspiratiehuisnieuwegein@lister.nl	Afhankelijk van de activiteit	Inspiratiehuis, Kempenaerpark 2
<b>Movactor</b> Elke doordeweekse dag Op verschillende tijden	<b>Afhankelijk van de activiteit</b>	Diverse activiteiten o.a. Sjoelen; Lunch en Koersbal • Marja de Ruiters, 06 - 571 66 998 of mderuiter@movactor.nl • www.movactor.nl	Afhankelijk van de activiteit	Doorslag, Parelduiker 13