

# ACTIVITEITENKALENDER JANUARI

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.  
activiteitenkalender@nieuwegein.nl

ACTIVITEIT	VOOR WIE	AANMELDEN & INFO	KOSTEN	WAAR
<b>MAANDAG</b>				
<b>Wandelgroep Galecop</b> 7, 14, 21 en 28 januari 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.sportidnieuwegein.nl">www.sportidnieuwegein.nl</a>	Gratis	Thorbeckepark 183
<b>Fietsgroep Buurthuis Kerkveld</b> 7, 14, 21 en 28 januari 14.00 - 16.00 uur	<b>50+</b>	Weer of geen weer, fietsen in en rond Nieuwegein • <a href="mailto:info@sportidnieuwegein.nl">info@sportidnieuwegein.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.sportidnieuwegein.nl">www.sportidnieuwegein.nl</a>	Gratis	Jan Vendrig, Het Sluisje 25
<b>Wandel je Fit!</b> 7, 14, 21 en 28 januari 19.00 - 21.00 uur	<b>Iedereen met (risico) op hart en vaatziekten</b>	Een nieuwe wandel uitdaging voor iedereen met (een verhoogd risico op) hart- en vaatziekten • Traject t/m april • Buurtsportcoach Julia van Weelden, 030 - 60 042 67 • Aanmelden via <a href="http://www.sportidnieuwegein.nl">www.sportidnieuwegein.nl</a>	€ 35,- Stadspas korting	Verschillende startlocaties
<b>Walking Football J.S.V.</b> 7, 14, 21 en 28 januari 9.30 - 11.00 uur	<b>55+</b>	Voetballen en trainen met eigen leeftijdsgenoten • Esther Jansen, 030 - 60 042 67 • Aanmelden via <a href="mailto:e.jansen@merwestein.nl">e.jansen@merwestein.nl</a>	Gratis (4x)	Sportpark 1 Galecop
<b>Oriëntatie tekenen en schilderen</b> 7, 14, 21 en 28 januari 13.30 - 15.30	<b>Volwassenen</b>	Je leert diverse technieken en werkt met verschillende materialen (aanwezig) • Ook op de donderrdagen • Aanmelden via <a href="mailto:activiteiten@movactor.nl">activiteiten@movactor.nl</a> of 030 - 60 337 48	€ 20,50 p/mnd Stadspas korting	Doorslag, Parelduiker 13
<b>Koersbal</b> 7, 14, 21 en 28 januari 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 <a href="mailto:dorps huisvreeswijk@gmail.com">dorps huisvreeswijk@gmail.com</a>	€ 8,90 p/mnd. Stadspas korting	Dorps huis, Fort Vreeswijk 1
<b>Koor RefreshSing</b> 7, 14, 21 en 28 januari 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	Dorps huis, Fort Vreeswijk 1
<b>Werkgroep 'Herstellen door Vertellen'</b> 7, 14, 21 en 28 januari 14.30 - 16.30 uur	<b>Iedereen</b>	Elkaar verhalen vertellen, want verhalen verbinden • Onze eigen verhalen staan centraal • <a href="http://www.inspiratiehuisnieuwegein.nl">www.inspiratiehuisnieuwegein.nl</a> • Aanmelden via <a href="mailto:inspiratiehuisnieuwegein@lister.nl">inspiratiehuisnieuwegein@lister.nl</a>	Gratis	Inspiratiehuis, Kempnaerpark 2
<b>Fotogroep Fotogein</b> 7, 14, 21 en 28 januari 20.00 - 22.30 uur	<b>Iedereen</b>	Samen werken aan betere foto's • Deelname exposities en wedstrijden • <a href="http://www.fotogein.nl/fotogek">www.fotogein.nl/fotogek</a> • <a href="mailto:secretaris@fotogein.nl">secretaris@fotogein.nl</a>	Gratis (3 kennismakingsavonden) Stadspas korting	Bouwegein, Hoveniersweide 9
<b>De kaartenmakers</b> 7 en 21 januari 13.30 - 15.30 uur	<b>Volwassenen</b>	Met elkaar kaarten maken • Hanneke heeft veel ervaring en kan u op weg helpen • Eigen kaart en materiaal meenemen mag • 030 - 60 088 34	€ 1,- (excl. kaart/materiaal)	Buurtplein Batau, Dukatenburg 1
<b>PLUS café</b> 21 januari 14.30 - 16.00 uur	<b>55+</b>	Thema Kledingadvies • Kleding: wat doet het met u? Waar in Nieuwegein kunt u terecht voor kledingherstel? • 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>Parkinson Café</b> 21 januari 14.00 - 16.00 uur	<b>Iedereen</b>	Workshop 'Opstaan na vallen, en voorkómen van vallen' • Bas van den Boom, <a href="mailto:bc.boom@telfort.nl">bc.boom@telfort.nl</a> of 06 - 336 69 592 • <a href="http://www.parkinson-vereniging.nl">www.parkinson-vereniging.nl</a>	Gratis	Dorps huis, Fort Vreeswijk 1
<b>DINSDAG</b>				
<b>Crisiskaart training</b> 8, 15, 22 en 29 januari 11.00 - 13.30 uur	<b>Mensen die vrez en verward te raken</b>	Zelf een Crisiskaart maken • De Crisiskaart is een persoonlijk kaartje wat jou en anderen houvast geeft als jij het moeilijk hebt • Aanmelden via <a href="mailto:inspiratiehuisnieuwegein@lister.nl">inspiratiehuisnieuwegein@lister.nl</a> • <a href="http://www.inspiratiehuisnieuwegein.nl">www.inspiratiehuisnieuwegein.nl</a>	Gratis	Inspiratiehuis, Kempnaerpark 2
<b>Wellness Recovery Action Plan training</b> 8, 15, 22 en 29 januari 14.00 - 16.30 uur	<b>Iedereen</b>	WRAP is een zelfmanagement instrument voor het eigen welbevinden • Je komt achter wat voor jou werkt en wat je goed doet • 8 bijeenkomsten • Aanmelden via <a href="mailto:inspiratiehuisnieuwegein@lister.nl">inspiratiehuisnieuwegein@lister.nl</a> • <a href="http://www.inspiratiehuisnieuwegein.nl">www.inspiratiehuisnieuwegein.nl</a>	Gratis	Inspiratiehuis, Kempnaerpark 2
<b>Nederlandse taalles</b> 8, 15, 22 en 29 januari 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 <a href="mailto:h.amnouch@balansnieuwegein.nl">h.amnouch@balansnieuwegein.nl</a> • <a href="http://www.balansnieuwegein.nl">www.balansnieuwegein.nl</a>	Gratis	La CaZa, Hoorneschans 101
<b>Samen creatief</b> 8, 15, 22 en 29 januari 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 <a href="mailto:h.amnouch@balansnieuwegein.nl">h.amnouch@balansnieuwegein.nl</a> • <a href="http://www.balansnieuwegein.nl">www.balansnieuwegein.nl</a>	Gratis	La CaZa, Hoorneschans 101
<b>Sjoelen</b> 8, 15, 22 en 29 januari 20.00 - 22.00 uur	<b>Volwassenen</b>	Sjoelen op verschillende niveaus • Zaal 3 • <a href="mailto:sjoelclubnieuwegein@hotmail.com">sjoelclubnieuwegein@hotmail.com</a> • <a href="http://www.sjoelclubnieuwegein.wordpress.com">www.sjoelclubnieuwegein.wordpress.com</a>	€ 95,- per jaar	La CaZa, Hoorneschans 101

ACTIVITEIT	VOOR WIE	AANMELDEN & INFO	KOSTEN	WAAR
<b>Diner</b> 8, 15, 22 en 29 januari 17.30 - 18.30 uur	<b>Iedereen</b>	Diner is een driegangenmenu • Vegetarisch alternatief aanwezig • Menu op <a href="http://www.la-caza.nl/lunchdiner">www.la-caza.nl/lunchdiner</a> • Aanmelden tot 14.00 uur via 030 - 60 611 11 of <a href="mailto:administratie@la-caza.nl">administratie@la-caza.nl</a>	€ 6,- Stadspas korting	La CaZa, Hoorneschans 101
<b>Walking Football</b> 8, 15, 22 en 29 januari 10.00 - 11.00 uur	<b>50+</b>	Voetbal zonder rennen of sprinten met veel balcontact • 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	J.S.V. Geinoord Parkhout 1
<b>Bewegen met bal</b> 8, 15, 22 en 29 januari 15.00 - 16.00 uur	<b>55+</b>	Bewegen met een bal in een groep • Bewegen op je eigen niveau • Aanmelden bij Esther Jansen, 030 - 60 042 67 of <a href="mailto:e.jansen@merwestein.nl">e.jansen@merwestein.nl</a> • <a href="http://www.sportidnieuwewegein.nl">www.sportidnieuwewegein.nl</a>	Gratis (eerste 4x)	Sporthal Galecop
<b>Beter Bewegen</b> 8, 15, 22 en 29 januari 9.30 - 10.15 en 10.30 - 11.15 uur	<b>50+</b>	Gezond bewegen en werken aan verminderen van klachten • Gebaseerd op de oefentherapie Cesar • Gekwalificeerde docent • Beheerder dorps huis, 06 - 216 64 918 of <a href="mailto:dorps huisvreeswijk@gmail.com">dorps huisvreeswijk@gmail.com</a>	€ 17,90 p/mnd, Stadspas korting	Dorps huis, Fort Vreeswijk 1
<b>Country Line Dance</b> 8, 15, 22 en 29 januari 14.30 - 16.00 en 19.30 - 21.00 uur	<b>Iedereen</b>	Beginners in de middag, gevorderden in de avond • Docent Tom Vermeulen, 06 - 371 70 533 • Aanmelden bij de beheerder dorps huis, 06 - 216 64 918 of <a href="mailto:dorps huisvreeswijk@gmail.com">dorps huisvreeswijk@gmail.com</a>	€ 12,50 p/mnd Stadspas korting	Dorps huis, Fort Vreeswijk 1
<b>Inloop &amp; Boekenruil</b> 8, 15, 22 en 29 januari 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
<b>Koor "Cantare"</b> 8, 15, 22 en 29 januari 13.50 - 16.00 uur	<b>Iedereen</b>	Het repertoire is licht populair op basis van professioneel dirigent • <a href="http://www.cantarenieuwegein.nl">www.cantarenieuwegein.nl</a> • <a href="mailto:cantarenieuwegein@gmail.com">cantarenieuwegein@gmail.com</a>	€ 22,- p/mnd	De Partner, Nedereindseweg 401A
<b>KBO Ontspannings-activiteit</b> 15 januari 14.00 - 16.15 uur	<b>55+</b>	Een gezellige bingo en aansluitend een loterij • Feedie von Bannisseht, 030 - 60 395 70	€ 4,-	Lupinestraat 11
<b>Raad een lied</b> 22 januari 13.30 - 15.30 uur	<b>Volwassenen</b>	DJ Ad maakt met muziek vanaf de jaren '30 tot nu een leuke liedjes quiz of bingo • Meezingen is toegestaan • Aanmelden op buurtplein of via 030 - 60 088 34	€ 2,-	Buurtplein Batau, Dukatenburg 1
<b>WOENSDAG</b>				
<b>Koor 'de Barones singers'</b> 9, 16, 23 en 30 januari 14.30 - 16.00 uur	<b>Iedereen</b>	Zingen met elkaar • Belangstellenden uit Nieuwegein kunnen altijd meezingen • Gea Evers, 06 - 234 41 202 of <a href="mailto:g.evers@zorgspectrum.nl">g.evers@zorgspectrum.nl</a>	Consumpties voor eigen rekening	Grand café, Lekboulevard 10
<b>Ouder-Kindochtend</b> 2, 9, 16, 23 en 30 januari 10.00 - 11.00 uur	<b>Ouders/ verzorgers en kinderen (0-3 jaar)</b>	Allerlei praktische tips over taalontwikkeling, voorlezen, opvoeden, en de leukste boeken • 9 jan. thema: Bewegen, met sport- en spelactiviteiten • 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>Computer Corner</b> 9, 16, 23 en 30 januari 14.00 - 16.00 uur	<b>Iedereen</b>	Digitale vaardigheden leren zoals mailen, Facebooken, WhatsAppen, DigiD aanvragen, foto's bewerken, Marktplaats gebruiken etc • Hanan Amnouch, 06 - 186 07 916 of <a href="mailto:info@balansnieuwewegein.nl">info@balansnieuwewegein.nl</a> • <a href="http://www.balansnieuwewegein.nl">www.balansnieuwewegein.nl</a>	Bepaalt u zelf	La CaZa, Hoorneschans 101
<b>Bootcamp Galecop</b> 9, 16, 23 en 30 januari 19.30 - 20.15 uur	<b>35+</b>	In de natuur aan je conditie werken op je eigen niveau • Aanmelden bij Esther Jansen, 030 - 60 042 67 of <a href="mailto:e.jansen@merwestein.nl">e.jansen@merwestein.nl</a> • <a href="http://www.sportidnieuwewegein.nl">www.sportidnieuwewegein.nl</a>	Gratis	Aert de Gelderhage 7
<b>Koersbal</b> 9, 16, 23 en 30 januari 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 <a href="mailto:dorps huisvreeswijk@gmail.com">dorps huisvreeswijk@gmail.com</a>	€ 8,90 p/mnd. Stadspas korting	Dorps huis, Fort Vreeswijk 1
<b>Schaakclub</b> 9, 16, 23 en 30 januari 14.00 - 16.00 uur	<b>Iedereen</b>	Schaak inloop • Gewoon aanschuiven • Beheerder dorps huis, 06 - 216 64 918 of <a href="mailto:dorps huisvreeswijk@gmail.com">dorps huisvreeswijk@gmail.com</a>	Gratis	Dorps huis, Fort Vreeswijk 1
<b>Biodanza</b> 9, 16, 23 en 30 januari 20.00 - 22.00 uur	<b>Volwassenen</b>	Samen in beweging komen op wereldmuziek • Gezondheid, integratie en persoonlijke ontwikkeling • Aanmelden uiterlijk op de dinsdagen via 030 - 60 432 08 of <a href="mailto:info@dansbiodanza.nl">info@dansbiodanza.nl</a>	Introductiekaart € 40,- (4 opeenvolgende lessen)	Mendes da Costalaan 132
<b>Creatieve inloop 'Maak er wat van'</b> 9, 16, 23 en 30 januari 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 • <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>Peanut, de inspirerende huishond</b> 9, 16, 23 en 30 januari 9.00 - 12.00 uur	<b>Iedereen</b>	Verbinding met een hond creëert mogelijkheden voor jou • Durf stil te staan bij wat je ervaart, wat er gaande is en hoe jij daarmee verder kunt in je herstel • <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>Muziek</b> 9, 16, 23 en 30 januari 10.00 - 12.00 uur	<b>Iedereen</b>	Samen muziek maken, teksten schrijven, zingen en instrumenten bespelen • Geen ervaring nodig • <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>Yoga (Christine Kraaij)</b> 9, 16 en 23 januari 13.00 - 15.00 uur	<b>Iedereen</b>	Yoga en meditatie • <a href="http://www.facebook.com/Zinnenprikkel">www.facebook.com/Zinnenprikkel</a> • Joop Leppink, 06 - 448 12 871 • Aanmelden uiterlijk 1 dag van te voren via <a href="mailto:info@zinnenprikkel.nl">info@zinnenprikkel.nl</a>	Gratis	De Wenck, Wenckebachplantsoen 85a
<b>Koken met Arie</b> 9 januari 18.00 - 20.00 uur	<b>Bewoners Doorslag, Centrum, Merwestein</b>	Drie gangen maaltijd gemaakt door vrijwilligers • Marja de Ruiters, 06 - 571 66 998 • <a href="http://www.movactor.nl">www.movactor.nl</a> • Aanmelden uiterlijk 2 dagen van te voren via <a href="mailto:mderuiter@movactor.nl">mderuiter@movactor.nl</a>	€ 5,- Stadspas korting	Doorslag, Parelduiker 13
<b>Thé Dansant</b> 16 januari 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 • <a href="http://www.departnernieuwegein.nl">www.departnernieuwegein.nl</a> • Joke Pieneman, <a href="mailto:nieuwegein.departner@gmail.com">nieuwegein.departner@gmail.com</a>	€ 5,-	De Partner, Nedereindseweg 401A

# ACTIVITEITENKALENDER

## JANUARI

ACTIVITEIT	VOOR WIE	AANMELDEN & INFO	KOSTEN	WAAR
<b>Voorleeslunch voor ouderen</b> 30 januari, 11.00 - 13.00 uur	<b>55+</b>	Luisteren naar een prachtig verhaal, onder het genot van een lunch • 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>DONDERDAG</b>				
<b>Galecopperband</b> 3, 10, 17, 24 en 31 januari 14.00 - 16.00 uur	<b>Ouderen</b>	Creatieve activiteiten, kleine gerechten maken, praatmiddag, zingen, geheugen- en spellenmiddag • Wil Hack, 030 - 218 43 030 of Nicoline Lourens, 06 - 127 27 018 • Aanmelden via <a href="mailto:wilhack@hackservices.nl">wilhack@hackservices.nl</a>	€ 1,50 incl. materialen Stadspas korting	Buurtplein Galecop, Thor- beckeplein 183
<b>Wandelgroep Galecop</b> 3, 10, 17, 24 en 31 januari 10.00 - 11.00 uur	<b>55+</b>	Fit worden en blijven • Korte afstanden • Esther Jansen, 06 - 291 12 367 of <a href="mailto:e.jansen@merwestein.nl">e.jansen@merwestein.nl</a> • Aanmelden via <a href="http://www.sportidnieuweweijn.nl">www.sportidnieuweweijn.nl</a>	Gratis	Thorbeckepark 183
<b>Vitaal Wandelen Hoog-Zandveld</b> 10, 17, 24 en 31 januari 10.00 - 11.00 uur	<b>55+</b>	Wandelgroep met oog voor de natuur en na afloop een lekker bakje koffie • Laurette Vossepoel, 06 - 300 38 509 of <a href="mailto:lvossepoel@movactor.nl">lvossepoel@movactor.nl</a>	Gratis	Ratelaar 37
<b>Bewegen met Plezier - Dans</b> 10, 17, 24 en 31 januari 9.30 - 10.30 uur	<b>55+</b>	Op muziek in groepsverband 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>Wandelen Batau</b> 10, 17, 24 en 31 januari 10.00 - 11.30 uur	<b>Iedereen</b>	Een stevige wandeling met tussendoor een aantal oefeningen onder leiding van de wandelbegeleider • Buurtsportcoach Lieke van Adrichem, 030 - 60 042 67 • Aanmelden via <a href="mailto:l.vanadrichem@merwestein.nl">l.vanadrichem@merwestein.nl</a>	Gratis	Buurtplein Batau, Dukatenburg 1
<b>Creatieve workshop</b> 10, 17, 24 en 31 januari 10.00 - 11.30 uur	<b>Iedereen</b>	Eigen kunstwerk afmaken in een groep • Zelf materiaal meenemen • Beheerder dorpshuis, 06 - 216 64 918 of <a href="mailto:dorpshuisvreeswijk@gmail.com">dorpshuisvreeswijk@gmail.com</a>	€ 3,-	Dorpshuis, Fort Vreeswijk 1
<b>Eetcafé</b> 10, 17, 24 en 31 januari 17.30 - 19.00 uur	<b>Iedereen</b>	Grote groep vrijwilligers maken een diner en zorgen voor de bediening • Mee eten? Meld je uiterlijk één dag van te voren aan via 06 - 216 64 918 of <a href="mailto:dorpshuisvreeswijk@gmail.com">dorpshuisvreeswijk@gmail.com</a> • <a href="http://www.inspiratiehuisnieuweweijn.nl/agenda">www.inspiratiehuisnieuweweijn.nl/agenda</a>	€ 5,75 Stadspas korting	Dorpshuis, Fort Vreeswijk 1
<b>Wandelgroep</b> 10, 17, 24 en 31 januari 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@balansnieuweweijn.nl">h.amnouch@balansnieuweweijn.nl</a> • <a href="http://www.balansnieuweweijn.nl">www.balansnieuweweijn.nl</a>	Gratis	La CaZa, Hoorneschans 101
<b>Keramiëk</b> 10, 17, 24 en 31 januari 19.30 - 22.00 uur	<b>Volwassenen</b>	Maken van mooie werkstukken • Docent Julia Merkelijn, 06 - 456 14 895 of <a href="mailto:jcmerkelijn@gmail.com">jcmerkelijn@gmail.com</a> • <a href="http://www.la-caza.nl/keramiekles/">www.la-caza.nl/keramiekles/</a>	10 lessen € 100,- Stadspas korting	La CaZa, Hoorneschans 101
<b>Diner</b> 10, 17, 24 en 31 januari 17.30 - 18.30 uur	<b>Iedereen</b>	Diner is een driegangenmenu • Vegetarisch alternatief aanwezig • Menu op <a href="http://www.la-caza.nl/lunchdiner">www.la-caza.nl/lunchdiner</a> • Aanmelden tot 14.00 uur via 030 - 60 611 11 of <a href="mailto:administratie@la-caza.nl">administratie@la-caza.nl</a>	€ 6,- Stadspas korting	La CaZa, Hoorneschans 101
<b>Intervisie vrijwilligers</b> 10, 17, 24 en 31 januari 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.inspiratiehuisnieuweweijn.nl">www.inspiratiehuisnieuweweijn.nl</a> • Aanmelden via <a href="mailto:inspiratiehuisnieuweweijn@lister.nl">inspiratiehuisnieuweweijn@lister.nl</a>	Gratis	Inspiratiehuis, Kempenaerpark 2
<b>Overleg en lunch</b> 10, 17 en 24 januari 11.00 - 13.00 uur	<b>Iedereen</b>	Ontmoetingsplek met alle deelnemers en/of geïnteresseerden incl. lunch • <a href="http://www.inspiratiehuisnieuweweijn.nl">www.inspiratiehuisnieuweweijn.nl</a> • Aanmelden via <a href="mailto:inspiratiehuisnieuweweijn@lister.nl">inspiratiehuisnieuweweijn@lister.nl</a>	Gratis	Inspiratiehuis, Kempenaerpark 2
<b>Jamsessie</b> 17 en 31 januari 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:administratie@la-caza.nl">administratie@la-caza.nl</a>	Gratis	La CaZa, Hoorneschans 101
<b>Mannen met Pannen</b> 17 januari 16.00 - 20.00 uur	<b>Mannen</b>	Voor mannen die het gezellig vinden om samen te koken en eten • Aanmelden uiterlijk dinsdag bij Marja de Ruyter via 06 - 571 66 998 of <a href="mailto:mderuyter@movactor.nl">mderuyter@movactor.nl</a> • <a href="http://www.movactor.nl">www.movactor.nl</a>	€ 5,- Stadspas korting	Doorslag, Parelduiker 13
<b>Alzheimer café</b> 24 januari 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>Workshop: Lekker slapen</b> 31 januari 20.00 - 21.30 uur	<b>Volwassenen</b>	Het geheim van een goede nachtrust • Gegeven door gezondheidsprofessionals • 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	De 2 <sup>e</sup> verdieping, Stadsplein 1C
<b>VRIJDAG</b>				
<b>Tai Chi (Olga Feenstra)</b> 11, 18 en 25 januari 13.00 - 14.30 uur	<b>Iedereen</b>	Tai Chi bevordert de lichamelijke gezondheid en geestelijk welzijn a.d.h.v. 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>Bewegen met Plezier - Fit &amp; Balans</b> 11, 18 en 25 januari 10.00 - 11.00 uur	<b>55+</b>	In een groep werken aan je kracht, conditie en balans • Je krijgt individuele begeleiding, op je eigen niveau • <a href="http://www.sportidnieuweweijn.nl">www.sportidnieuweweijn.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>Wandelen Batau</b> 11, 18 en 25 januari 10.00 - 11.30 uur	<b>Iedereen</b>	Een rustige wandeling onder leiding van een fysiotherapeut • Buurtsportcoach Lieke van Adrichem, 030 - 60 042 67 • Aanmelden via <a href="mailto:l.vanadrichem@merwestein.nl">l.vanadrichem@merwestein.nl</a>	Gratis	Buurtplein Batau, Dukatenburg 1

ACTIVITEIT	VOOR WIE	AANMELDEN & INFO	KOSTEN	WAAR
<b>Vrouwen met Autisme</b> 18 januari 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.inspiratiehuisnieuwegein.nl">www.inspiratiehuisnieuwegein.nl</a> • Aanmelden via <a href="mailto:inspiratiehuisnieuwegein@lister.nl">inspiratiehuisnieuwegein@lister.nl</a>	Gratis	Inspiratiehuis, Kempenaerpark 2
<b>Pub Quiz</b> 18 januari 20.00 - 22.30 uur	<b>Iedereen</b>	Een verrassend 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,- per persoon	Dorps huis, Fort Vreeswijk 1
<b>Buikdansen</b> 25 januari 15.00 - 16.30 uur	<b>Iedereen</b>	Centraal staan plezier en ontspanning • Leer de beginselen van buikdansen • Docent Joke Roomenburg • <a href="http://www.facebook.com/Zinnenprikkel">www.facebook.com/Zinnenprikkel</a> • Joop Leppink, 06 - 448 12 871 • Aanmelden uiterlijk 1 dag van te voren via <a href="mailto:info@zinnenprikkel.nl">info@zinnenprikkel.nl</a>	Gratis	La Caza, Hoornscheschans 101
<b>Bingo</b> 25 januari 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>	€ 7,50 voor 5 bingokaarten	La CaZa, Hoornscheschans 101
<b>ZATERDAG</b>				
<b>Repair Café Nieuwegein</b> 5 januari 11.00 - 14.00 uur	<b>Iedereen</b>	Je eigen kapotte apparaten, kleding, fietsen etc. repareren met hulp van handige vrijwilligers • Klokkenmaker aanwezig • <a href="http://repaircafenieuwegein.jouwweb.nl">repaircafenieuwegein.jouwweb.nl</a> • Peer van Halderen, 06 - 175 64 000 of <a href="mailto:repaircafenieuwegein@gmail.com">repaircafenieuwegein@gmail.com</a>	Gratis	Milieu Educatie Centrum (MEC), Geinoord 9
<b>Speciallympics event</b> 5 januari 13.00 - 15.30 uur	<b>Mensen met een beperking</b>	Rolstoelbasketbal, zelfverdediging, tafeltennis en verschillende spelletjes • Gezamenlijk bewegen en plezier staan centraal • 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.sportidnieuwwegein.nl">www.sportidnieuwwegein.nl</a>	Gratis	Merweplein 1
<b>ZONDAG</b>				
<b>Zie je Zondag! (de Partner)</b> 6 januari, 14.30 - 17.00 uur	<b>Iedereen</b>	Open bar en leuke acts • Of muziek gaat aan om lekker te dansen • Margaret Lambourne, 06 - 541 36 897 of <a href="mailto:nieuwegein.departner@gmail.com">nieuwegein.departner@gmail.com</a> • <a href="http://www.departnernieuwegein.nl">www.departnernieuwegein.nl</a>	Gratis	Nedereindseweg 401A
<b>Soep &amp; Cultuur</b> 27 januari 14.00 - 17.00 uur	<b>Iedereen</b>	Line dance en andere danssoorten, buikdans demonstratie en een gast optreden van Country zangeres Yvonne • Beheerder van het dorps huis, 06 - 216 64 918 of <a href="mailto:dorpshuisvreeswijk@gmail.com">dorpshuisvreeswijk@gmail.com</a>	Entree: € 2,- Soep: € 2,50	Dorps huis, Fort Vreeswijk 1
<b>DIVERS</b>				
<b>Gein Expressbus van het Ouderenfonds</b> Iedere dag, 10.00 - 18.00 uur	<b>55+</b>	Diverse uitjes • Zaterdag alleen voor mensen met een Stadspas • Gery Eikelboom, 06 - 212 34 993 • <a href="http://www.geinexpress.nl">www.geinexpress.nl</a> • <a href="mailto:stichtinggeinexpress@hotmail.nl">stichtinggeinexpress@hotmail.nl</a>	Afhankelijk van het uitje	U wordt opgehaald en weer thuis gebracht
<b>Darten</b> Ma, di, wo, do en vr (va. 7 jan.) tijdens openingstijden	<b>Iedereen</b>	Dartboard en pijlen aanwezig • Niet mogelijk te darten tijdens lunch en diner • <a href="http://www.la-caza.nl/lunchdiner">www.la-caza.nl/lunchdiner</a> • <a href="mailto:administratie@la-caza.nl">administratie@la-caza.nl</a> of 030 - 60 611 11	Gratis	La CaZa, Hoornscheschans 101
<b>De Bengeltjes</b> Ma, di, do en vr (va. 7 jan.) 8.45 - 11.45 uur	<b>(groot) ouders met kinderen</b>	Ouderen kunnen elkaar ontmoeten terwijl hun (klein) kinderen een activiteit doen • <a href="http://www.debengeltjes.eu">www.debengeltjes.eu</a> • Nel Meijer, 06 - 505 57 762 of <a href="mailto:debengeltjes@notice.nu">debengeltjes@notice.nu</a>	€ 3,-	Bouwspeeltuin Jeugdland, Helmkruid 1
<b>Kom in beweging</b> Ma, wo en do (va. 7 jan.) 10.00 - 11.00 uur	<b>Vrouwen</b>	Een groep enthousiaste vrouwen wandelen in Parkhout • Gebruik makend van de openbare sporttoestellen • Hanan Amnouch, 06 - 186 07 916 of <a href="mailto:h.amnouch@balansnieuwwegein.nl">h.amnouch@balansnieuwwegein.nl</a> • <a href="http://www.balansnieuwwegein.nl">www.balansnieuwwegein.nl</a>	Gratis	La CaZa, Hoornscheschans 101
<b>Jij &amp; ik</b> Ma-, wo- en vr (va. 7 jan.) 9.00 - 12.00 uur	<b>Iedereen</b>	Loop binnen en heb een praatje met ervaringsdeskundigen die je helpt in jouw herstel • <a href="http://www.inspiratiehuisnieuwegein.nl">www.inspiratiehuisnieuwegein.nl</a> • Aanmelden via <a href="mailto:inspiratiehuisnieuwegein@lister.nl">inspiratiehuisnieuwegein@lister.nl</a>	Gratis	Inspiratiehuis, Kempenaerpark 2
<b>Cursus: Geef je leven Glans</b> 6 bijeenk. 28 feb, 7, 14, 21 maart, 4 en 11 april 10.00 - 12.30 uur	<b>45+</b>	Cursus over nieuwe mensen leren kennen, sterke punten gebruiken en ontdekken van nieuwe bezigheden • Voorafgaand een kennismakingsgesprek • Aanmelden via <a href="mailto:svandermeij@movactor.nl">svandermeij@movactor.nl</a> of 06 - 118 85 405	€ 30,- voor de hele cursus	Buurtplein Batau, Dukatenburg 1
<b>Budgetcursus</b> Meerdere x p/jaar; 5 bijeenk. Data en tijden in overleg	<b>Iedereen</b>	Beter omgaan met weinig geld • Uw financiële administratie bijhouden • Advies en tips om te bezuinigen • <a href="http://www.wil-lekstroom.nl/budgetcursus">www.wil-lekstroom.nl/budgetcursus</a> • Aanmelden via de klantenservice WIL op 030 - 70 223 00	Gratis	Stadshuis, Stadsplein 1b
<b>Stichting Vier het Leven</b> Volledig verzorgd uitje, op verschillende dagen en tijden	<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 teruggebracht
<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 á 2 keer per maand als vaste gast • Aanmelden via 030 - 22 134 98 of <a href="http://www.eetmee.nl">www.eetmee.nl</a>	Desgewenst een bijdrage in de maaltijdskosten	Bij mensen thuis
<b>Expositie "Kunstrijk Vianen"</b> Woe, do, vrij en zaterdag Tot 20 jan. 13.00 - 17.00 uur	<b>Iedereen</b>	Drie kunstenaars uit Vianen tonen hun verschillende kunstwerken en kunt u Wim Peters aan het werk zien • Opening 15 jan om 15.00 uur • Tett van der Woerd, 06 - 104 27 152 of <a href="mailto:prkunstgein@gmail.com">prkunstgein@gmail.com</a> • <a href="http://www.kunstgein.nl">www.kunstgein.nl</a>	Gratis	Atrium van Stadshuis, Stadsplein 1
<b>Fort Vreeswijk</b> Iedere dag behalve zaterdag Op verschillende tijden	<b>Iedereen</b>	Diverse activiteiten vanaf 2 <sup>e</sup> week jan. o.a. Creatief schilderen; Vreeswijk = Muziek; Geinfilmers; Puzzelruilbeurs; Tai-chi; Wandelgroep; Bingo; Inloop en Lunchcafé • <a href="http://www.fortvreeswijk.nl">www.fortvreeswijk.nl</a> • Beheerder dorps huis via 06 - 216 64 918 of <a href="mailto:dorpshuisvreeswijk@gmail.com">dorpshuisvreeswijk@gmail.com</a>	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 vanaf de 2 <sup>e</sup> week van januari o.a. Wandelgroepen Kerkveld/Batau; Jeu de Boules; Gymnastiek; Zwemmen met een beperking en Biljarten • 030 - 60 042 67 • <a href="mailto:info@sportidnieuwwegein.nl">info@sportidnieuwwegein.nl</a> • <a href="http://www.sportidnieuwwegein.nl/evenementen">www.sportidnieuwwegein.nl/evenementen</a>	Afhankelijk van de activiteit	Verschillende locaties
<b>Movactor</b> Elke doordeweekse dag Op verschillende tijden	<b>Afhankelijk van de activiteit</b>	Diverse activiteiten o.a. Sjoelen; Lunch; Koersbal en Oriëntatie tekenen en schilderen Marja de Ruiters, 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>	Afhankelijk van de activiteit	Doorslag, Parelduiker 13