



## ... bij de buren

Ontmoeten

Seizoen 2022

### Biljarten

**Dagelijks van 10.00 tot 12.00 uur en 13.30 tot 17.00 uur**

De ontmoetingsruimte beschikt over een professioneel biljart. De kosten voor gebruik van het biljart bedragen € 1,50 per uur. U kunt met maximaal 2 personen tegelijkertijd biljarten. Op maandag- en woensdagmiddag is het biljart gereserveerd door een biljartvereniging.

### Bingo

**Woensdag van 19.30 tot 21.00 uur**

Een gezellige avond, met het bekende spel waarbij kleine prijzen gewonnen kunnen worden. Kosten bedragen € 3,00 per bingokaart.

### Breicafé

**Dinsdag van 14.30 tot 16.00 uur**

Breien voor het goede doel! Nadat een breiwerk is voltooid, zorgt de organisatie 'Zending over grenzen' dat de warme kledingstukken in goede handen terechtkomen. € 2,00 per maand, inclusief breigaren.

### Creatief bij de buren

**Woensdag 14.00 tot 16.30 uur**

Tijdens deze middag worden er verschillende creatieve activiteiten aangeboden. U kunt denken aan Diamond Painting (werken met geslepen diamantjes en steentjes), mandjes vlechten, mozaïeken of een creatieve activiteit met bloemen.

De aanwezige vrijwilligers kunnen voor u de benodigde materialen regelen. Afhankelijk van de activiteit betaalt u de materiaalkosten.

### Digitale Beweeggames

**Donderdag van 10.00 tot 12.00 uur**

In een aparte ruimte wordt gebruik gemaakt van spelcomputers en hometrainers (fietsen) die gebruikers uitdagen om actief te bewegen.

Naast sporten als fietsen, tennis, bowlen en darts, bieden de beweeggames vele andere mogelijkheden. Zo zijn er verschillende avonturengames, evenwichtsoefeningen of geheugentraining die u samen of alleen kunt beleven. Deelname is gratis.

## Duofietsen

### Maandag t/m zondag tussen 10.00 en 16.45 uur (maximale uitleentijd 2,5 uur)

Op Park Malderborgh bij restaurant ...bij de burens zijn twee duofietsen gratis beschikbaar voor minder mobiele mensen en hun fietsmaatjes. Op een duofiets zit u gezellig naast elkaar. De fiets heeft elektrische trapondersteuning. Bij gebruik van de duofiets krijgt u een handleiding en kunt u kiezen uit verschillende fietsroutes. Natuurlijk kunt u ook zelf een route uitstippelen. Voordat u voor de eerste keer gebruik maakt van de duofiets, verzorgen we op afspraak een introductie. Kosten bedragen: 7,50 euro per dagdeel. Ook beschikt het park over een rolstoelfiets. Voor meer informatie hierover kunt u terecht in het restaurant.

## Fotoclub Digiana

### 1<sup>e</sup> en 3<sup>e</sup> donderdag van 20.00 tot 22.00 uur

Iedere 1<sup>ste</sup> en 3<sup>de</sup> donderdag van de maand komt Fotoclub Digiana samen in restaurant...bij de burens. Mocht u willen aansluiten bij de fotoclub, dan kunt u tijdens een van deze avonden binnenlopen.

## Gespreksgroep Levensthema's

### 1<sup>e</sup> donderdag van de maand van 14.00 tot 16.00 uur

Samen met Jolanda van Dijke (geestelijk verzorger van ZZG zorggroep) gaat de groep in een veilige setting in gesprek over thema's die spelen in ieders leven. Soms ook ondersteund met muziek. Deze activiteit is exclusief voor cliënten van ZZG zorggroep.

## Indonesisch buffet

### 3<sup>e</sup> Donderdag van de maand vanaf 17.30 uur

Maak kennis met de Indonesische keuken!

Grace, eigenaresse van Gracering Indische catering & kookworkshops, verzorgt iedere 3<sup>e</sup> donderdag van de maand een Indonesisch buffet.

€22,50 per persoon (excl. drankjes). Wilt u er de volgende keer bij zijn?

Reserveer dan bij Grace via T. 06-49742650 of in restaurant...bij de burens.

## Kaartclub

### Vrijdag van 14.00 tot 16.00 uur

Jokeren, klaverjassen, bridgen of een ander geliefd kaartspel spelen?

U bent van harte welkom om op vrijdagmiddag binnen te lopen en aan te sluiten bij de kaartclub. Deelname is gratis.

## KWIEK beweegroute

### Dinsdag van 13.15 tot 14.15 uur

Deze beweegroute op Park Malderborgh maakt gebruik van straatmeubilair op het park. De aangegeven oefeningen zorgen ervoor dat balans, kracht en uithoudingsvermogen worden getraind. Wilt u de KWIEK beweegroute onder begeleiding lopen? Sluit u dan aan bij de lessen die wekelijks worden verzorgd. Aan de deelname zijn geen kosten verbonden. Er wordt voor de 'Zonnebaars' verzameld.

## Liederentafel

### Dinsdag van 19.30 tot 21.00 uur

Oude en nieuwe liederen, voor ieder wat wils om mee te zingen of luisteren!

Ook worden regelmatig amateurartiesten uitgenodigd die een optreden verzorgen.

€ 6,00 per keer, inclusief een kop koffie of thee en een consumptie.

Geregeld vindt er tijdens de Liederentafel een gastoptreden plaats.

## Schilderen

### Maandag van 14.00 tot 16.00 uur

In restaurant...bij de burens is een schildersgroep actief. Onder deskundige begeleiding van Els Straver kunt u aan de slag. Materialen zijn aanwezig.

€ 4,00 per keer, inclusief een kop koffie of thee.

## Schrijfclub

### Dinsdag van 14.30 tot 16.00 uur

Een passie voor het schrijven van verhaaltjes, gedichten of bijvoorbeeld reisverslagen?

Sinds kort is een groepje bewoners vol enthousiasme gestart met een schrijfclub op park Malderborgh. Zij komen wekelijks bij elkaar in restaurant ...bij de burens.

Met leuke schrijfoefeningen helpt initiatiefneemster Leonie de deelnemers op weg.

Daarnaast is er zeker ook ruimte voor uw eigen ideeën en inbreng.

Beginners en gevorderden zijn welkom. Deelname is gratis.

## Sjoelen

### Dinsdag van 14.00 tot 16.00 uur

Dinsdagmiddag is er een groepje dat samen gaat sjoelen. Gezelligheid staat voorop.

Deelname is gratis.

## Yoga

### 1x per drie weken op vrijdag van 11.00 tot 12.00 uur

Vindt u het fijn om in een gemoedelijke setting met een kleine groep ontspanningsoefeningen en (stoel)yoga te beoefenen?

Dan is Yoga misschien wel iets voor u.

Yogadocente Véronique verzorgt yogalessen die aangepast zijn op het niveau van de aanwezigen. Ook als u wat minder mobiel bent of gebruik maakt van een rollator bent u van harte welkom. Kosten per les bedragen: € 3,50. Neem voor de data contact met ons op!