



# Dagactiviteiten op de buurtpleinen

# Inhoud

Voorwoord	3
Activiteiten in Buurtplein Batau	4
Activiteiten in Buurtplein Doorslag	6
Activiteiten in Buurtplein Galecop	8
Activiteiten in Buurtplein Zuid	10
De Buurtverbinder op het buurtplein	12
De Buurtverbinder in de wijk	13
Diner van Remy	14

*Kwaliteit van leven is veel meer dan gezondheid alleen*



# Beste buur,

Dingen doen die voor jou belangrijk zijn; dát is kwaliteit van leven. Wat deze dingen zijn, dat is voor iedereen verschillend. Voor de één is dit kinderen en kleinkinderen bezoeken, voor de ander tuinieren en weer een ander wordt blij van een kop koffie met de buurman of -vrouw. Wat is voor jou belangrijk?



Remy van Engelen

Er is steeds meer vraag naar (dag)activiteiten in de buurt waar ouderen zonder verwijzing terecht kunnen. Activiteiten waar talenten waardevol zijn, mensen samenkomen en mensen elkaar inspireren. Denk hierbij aan creatief bezig zijn, samen eten, hersengym, taal en ontmoeting, schilderen of samen spelletjes doen. Voor iedereen, ook voor degenen waarbij niet alles vanzelf gaat. Voel je een belemmering qua vervoer, dan denken we met je mee.



Carin van Meegen

In dit handzame boekje vind je een overzicht van de activiteiten. Veel van de activiteiten vinden ook nu plaats waarbij er uiteraard diverse maatregelen zijn genomen om te voldoen aan de RIVM-richtlijnen.

Een aantal activiteiten, met name de eetactiviteiten kunnen momenteel nog geen doorgang vinden. Hierbij kun je aansluiten op de buurtpleinen als er weer mogelijkheden zijn om samen te eten.

In dit boekje staat verder met wie je op de verschillende buurtpleinen in gesprek kunt. Wil je liever eerst een kennismakingsgesprek om samen de mogelijkheden te bekijken? Bel dan met Carin van Meegen (06 25 64 58 37) of Remy van Engelen (06 29 19 97 73).

**Zien we jou binnenkort?**

# Buurtplein Batau

Het buurtplein is op loopafstand van winkelcentrum Muntplein. Wees welkom bij een of meerdere van onze onderstaande (dag)activiteiten. Wil je deelnemen? Neem eerst even contact op met de buurtverbinder van het buurtplein. Dan kijken we samen naar de startdatum bij een vrije plek of op een later moment wanneer de activiteit is opgestart.

*Alle activiteiten worden door de inwoners (mee) georganiseerd en er is professionele ondersteuning.*

## MAANDAG

	<b>09.00 - 11.00 uur</b> Gratis	<b>Taal &amp; Ontmoeting</b> Met elkaar de taal leren en nieuwe mensen leren kennen. Samen maken we het gezellig en leren we van elkaar.
	<b>12.30 - 15.00 uur</b> Gratis	<b>Vrouwen inloop - Naaiatelier ('t Nijp)</b> Plek om te werken aan een eigen naaiproject. De gastvrouwen helpen beginners graag op weg.

## DINSDAG

	<b>9.30 - 11.00 uur</b> Gratis	<b>Sociaal Juridisch Servicepunt</b> Vrijwilligers ondersteunen je bij het lezen en/of schrijven van officiële formulieren of helpen met het bellen naar een instantie. Alleen op afspraak. Meer info: <a href="http://www.sjsnieuwegein.nl">www.sjsnieuwegein.nl</a>
	<b>10.30 - 12.00 uur</b> Gratis	<b>VIEF wandelen</b> Gezellig samen wandelen.
	<b>12.30 - 14.30 uur</b> € 27,75 per maand	<b>Acryl-aquarel atelier</b> In een groep schilderen met acryl of aquarel onder begeleiding van docente Mathilde Kenter.
	<b>14.00 - 16.00 uur</b> Gratis	<b>VIEF Actief</b> Met een kleine groep besteden we aandacht aan het geheugen en bewegen.



## WOENSDAG

	<b>09.00 - 11.00 uur</b> Gratis	<b>Taal &amp; Ontmoeting</b> Met elkaar de taal leren en nieuwe mensen leren kennen. Samen maken we het gezellig en leren we van elkaar.
	<b>10.00 - 11.30 uur</b> Gratis	<b>Bakkie in de buurt</b> Kom gezellig een bakje koffie drinken en mensen ontmoeten! Eerste kopje koffie is een warm welkom van ons!

## DONDERDAG

	<b>13.30 - 15.30 uur</b> Gratis	<b>Goed gesprek</b> Gespreksgroep met thema's.
	<b>14.00 - 16.00 uur</b> Gratis	<b>VIEF Muziek</b> Liefhebbers van muziek luisteren met elkaar naar diverse muziekstijlen en bespreken dit. De nadruk ligt op klassieke muziek.
	<b>14.00 - 16.00 uur</b> Gratis	<b>VIEF Samen creatief</b> Knutsel mee met het thema van de week of neem je eigen brei-, haak- of knutselwerk mee. De docent helpt je en geeft je ideeën.

## VRIJDAG

	<b>10.00 - 12.00 uur</b> Gratis	<b>Spelletjesochtend</b> Spelletjesochtend met Gerrit.
	<b>10.15 - 13.00 uur</b> Gratis	<b>Creatief op vrijdag</b> Creatieve activiteit.

# Buurtplein Doorslag

Het buurtplein is op loopafstand van de tramhalte Doorslag.  
Wees welkom bij een of meerdere van onze onderstaande (dag)activiteiten.  
Wil je deelnemen? Neem eerst even contact op met de buurtverbinder van het buurtplein. Dan kijken we samen naar de startdatum bij een vrije plek of op een later moment wanneer de activiteit is opgestart.

*Alle activiteiten worden door de inwoners (mee) georganiseerd en er is professionele ondersteuning.*

## DINSDAG

	<b>09.00 - 11.00 uur</b> Gratis	<b>Taal &amp; Ontmoeting</b> Met elkaar de taal leren en nieuwe mensen leren kennen. Samen maken we het gezellig en leren we van elkaar.
	<b>9.30 - 11.30 uur</b> 1e kopje gratis	<b>Bakkie in de buurt</b> Kom gezellig een bakje koffie drinken en mensen ontmoeten! Eerste kopje koffie is een warm welkom van ons!
	<b>16.30 - 19.00 uur</b> Alleen in de oneven weken De kosten van de boodschappen worden gezamenlijk gedeeld.	<b>Koken, eten en ontmoeten</b> Lijkt het je leuk om samen te koken en gerechten van anderen te proeven? Meld je dan aan bij de buurtverbinder, zodat je je aan kunt sluiten bij deze groep van enthousiaste hobbykoks.



## WOENSDAG

	<b>18.00 - 20.00 uur</b> Elke 2de woensdag van de maand € 5,- per persoon € 2,50 met N-pas	<b>Koken en eten met Arie</b> Er wordt een heerlijke en gezonde twee- of driegangen maaltijd voor je gekookt. Wil je ook mee-eten? Meld je dan twee dagen van te voren aan bij buurtplein Doorslag.
	<b>18.00 - 20.00 uur</b> Elke laatste woensdag van de maand € 5,- per persoon € 2,50 met N-pas	<b>Koken en eten met Jan Joost</b> Er wordt een heerlijke en gezonde twee- of driegangen maaltijd voor je gekookt. Wil je ook mee-eten? Meld je dan twee dagen van te voren aan bij buurtplein Doorslag.

## DONDERDAG

	<b>12.00 - 13.00 uur</b> € 2,50	<b>Lunchcafé</b> Iedere donderdagmiddag kun je lekker lunchen bij buurtplein Doorslag. Gezellig samen met andere buurtbewoners. De lunch wordt verzorgd door vrijwilligers en iedereen is welkom! Aanmelden via buurtplein Doorslag, graag uiterlijk 2 dagen van te voren opgeven.
	<b>13.15 - 15.15 uur</b> Gratis	<b>Creatief met koffie</b> Een activiteit voor mensen die graag kaarten maken. Er wordt gewerkt met verschillende kaarttechnieken. Zoals stempelen, borduren, 3d-knippen en stansen. Naast het kaarten maken, is er volop ruimte voor gezelligheid.

## VRIJDAG

	<b>10.00 - 12.00 uur</b> Gratis	<b>Breien en haken</b> Terug van weggeweest en helemaal hip! Onder het genot van een kopje koffie en een praatje, gezamenlijk breien.
---	------------------------------------	--

# Buurtplein Galecop

Het buurtplein is op loopafstand van winkelcentrum Galecop. Wees welkom bij een of meerdere van onze onderstaande (dag)activiteiten. Wil je deelnemen? Neem eerst even contact op met de buurtverbinder van het buurtplein. Dan kijken we samen naar de startdatum bij een vrije plek of op een later moment wanneer de activiteit is opgestart.

Alle activiteiten worden door de inwoners (mee) georganiseerd en er is professionele ondersteuning.

## MAANDAG

	<b>11.30 - 13.45 uur</b> € 2,50 (koude lunch) € 3,- (warme lunch)	<b>Buurtlunch</b> Gezellig samen met buurtgenoten genieten van een lunch. Aanmelden kunt u bij het Buurtplein. Tot vrijdag 12.00 uur. Tijdelijk max. 12 pers per groep.
	<b>13.30 - 16.30 uur</b> € 5,- per maand	<b>Koersbal</b> Zeer geschikt voor senioren die naast eenvoudig en rustig bewegen ook van een beetje wedstrijdspanning houden.

## DINSDAG

	<b>09.30 - 11.30 uur</b> Gratis	<b>Creatief Club (Bewonersinitiatief)</b> Wekelijkse inloop activiteit waarbij deelnemers creatief bezig kunnen zijn. Een ieder werkt aan haar eigen knutselwerk.
	<b>13.30 - 15.30 uur</b> € 0,50 per keer	<b>Senioren Inloop (Bewonersinitiatief)</b> Je bent van harte welkom voor een kopje koffie of thee, een spelletje, een praatje of een vraag. Er vinden diverse activiteiten plaats.

## WOENSDAG

	<b>14.00 - 16.00 uur</b> Gratis	<b>Breien en haken</b> Terug van weggeweest en helemaal hip! Onder het genot van een kopje koffie en een praatje, gezamenlijk breien.
---	------------------------------------	--

## DONDERDAG

	<b>09.30 - 11.30 uur</b> Gratis	<b>Taal &amp; Ontmoeting</b> Met elkaar de taal leren en nieuwe mensen leren kennen. Samen maken we het gezellig en leren we van elkaar.
	<b>14.00 - 16.00 uur</b> € 1,50 per keer incl. materiaal	<b>Galecopperband</b> Galecopperband op het buurtplein. Deze middag is gevuld met activiteiten voor senioren, o.a. creativiteit, gerechten maken, geheugen en andere spelletjes.

## VRIJDAG

	<b>13.00 - 15.00 uur</b> Gratis	<b>VIEF Actief</b> Onder deskundige begeleiding wordt aandacht besteed aan het trainen van het geheugen en aan de lichamelijke conditie. Plezier staat bij de activiteit centraal.
---	------------------------------------	---



# Buurtplein Zuid

Het buurtplein is op loopafstand van de tramhalte Nieuwegein Zuid. Wees welkom bij een of meerdere van onze onderstaande (dag)activiteiten. Wil je deelnemen? Neem eerst even contact op met de buurtverbinder van het buurtplein. Dan kijken we samen naar de startdatum bij een vrije plek of op een later moment wanneer de activiteit is opgestart.

*Alle activiteiten worden door de inwoners (mee) georganiseerd en er is professionele ondersteuning.*

## MAANDAG



**11.00 - 12.00 uur**

1 bakkie koffie of thee is gratis.

**Bakkie in de buurt**

Samen beginnen aan de nieuwe week. Geef je op en schuif aan!

## DINSDAG



**11.00 - 13.00 uur**

Gratis

**Kaarten maken**

Gezellig in een groepje mooie kaarten maken en ideeën uitwisselen.



**14.00 - 16.00 uur**

Op maat

**Schilderles**

Je schildert binnen je eigen mogelijkheden. Je wordt hierin begeleid door een vakdocent.



**16.30 - 17.45 uur  
& 18.00 - 19.15 uur**  
€ 4,50 per maaltijd

**Eet je mee**

Iedere week koken enthousiaste bewoners uit de wijk een lekker en gezonde maaltijd.

## WOENSDAG



**13.30 - 15.30 uur**

Gratis

**BI Spelletjes middag**

Een kaartje leggen, sjoelen, rummikub voor ieder wat wils.

## DONDERDAG



**9.30 - 11.00 uur**

Gratis

**Sociaal Juridisch Servicepunt**

Vrijwilligers ondersteunen je bij het lezen en/of schrijven van officiële formulieren of helpen met het bellen naar een instantie. Alleen op afspraak. Meer info: [www.sjsnieuwegein.nl](http://www.sjsnieuwegein.nl)



**13.00 - 15.30 uur**

Gratis

**Tekenen en schilderen**

Je schildert en tekent binnen je eigen mogelijkheden. Je wordt hierin begeleid door een deskundige vrijwilliger.

## VRIJDAG



**9.30 - 11.30 uur**

Gratis

**Lessen creativiteit**

Met aanwezige materialen creatief bezig zijn. Je mag ook eigen brei- haak- of knutselwerk meenemen.



**9.30 - 11.30 uur**

Gratis

**Schilderles**

Je schildert binnen je eigen mogelijkheden. Je wordt hierin begeleid door een vakdocent.



**13.00 - 15.00 uur**

Gratis

**VIEF Actief**

Onder deskundige begeleiding wordt aandacht besteed aan het trainen van het geheugen en aan de lichamelijke conditie. Plezier staat bij de activiteit centraal.



# De buurtverbinder op het buurtplein



**1** **Buurtplein Batau**  
**Chantal Bos**  
Parelduiker 13  
3435 EP Nieuwegein  
Tel: 030 600 88 35  
Mobiel: 06 14 84 71 19  
cbos@movactor.nl



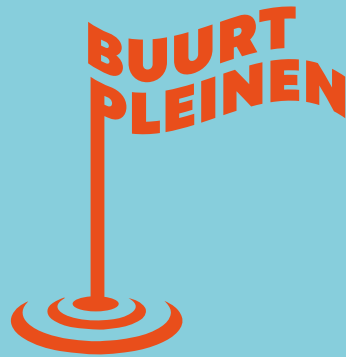
**2** **Buurtplein Doorslag**  
**Chantal Bos**  
Parelduiker 13  
3435 EP Nieuwegein  
Tel: 030 600 88 35  
Mobiel: 06 14 84 71 19  
cbos@movactor.nl



**3** **Buurtplein Galecop**  
**Bianca Florant**  
Thorbeckepark 183  
3437 JT Nieuwegein  
Tel: 030 600 88 33  
Mobiel: 06 14 84 71 59  
bflorant@movactor.nl



**4** **Buurtplein Zuid**  
**Jaimy van der Veeke**  
Ratelaar 37  
3434 EW Nieuwegein  
Tel: 030 603 37 48  
Tel: 06 43 36 84 25  
jvanderveeke@movactor.nl



# De buurtverbinder in de wijk



**Remy van Engelen**  
Mobiel: 06 29 19 97 73  
rvanengelen@movactor.nl  
*Specialiteit: kookactiviteiten  
opzetten*



**Kirsten Brakké**  
Mobiel: 06 29 42 72 20  
kbrakke@movactor.nl  
*Specialiteit: (dag)activiteiten  
senioren met kwetsbaarheid*



**Carin van Meegen**  
Mobiel: 06 25 64 58 37  
cvanmeegen@movactor.nl  
*Specialiteit: (dag)activiteiten  
senioren met kwetsbaarheid*



**Hanz Lasthuis**  
Mobiel: 06 43 36 84 31  
hlasthuis@movactor.nl  
*Specialiteit: van wens tot  
concreet idee voor jouw wijk*



**Bette van Lunteren**  
Mobiel: 06 43 36 84 32  
bvanlunteren@movactor.nl  
*Specialiteit: sociaal en  
intercultureel werk*



**Sigrid van der Meij**  
Mobiel: 06 11 88 54 05  
svandermeij@movactor.nl  
*Specialiteit: samenwerking  
welzijn en eerste lijn*

# Coördinatie Sociaal, Juridisch Servicepunt & AutoMaatje



**Jacqueline Feith**  
Coördinator Sociaal,  
Juridisch Servicepunt  
en AutoMaatje  
Tel: 030 603 37 48  
jfeith@movactor.nl



**Sjarita Jhinkoe-Rai**  
Coördinator  
Thuisadministratie  
Mobiel: 06 43 36 84 37  
sjhinkoe-rai@movactor.nl

Voel je welkom, we zijn er voor jou!

## IN HEEL NIEUWEGEIN!

Speciaal omdat smakelijke ontmoetingen op de pleinen even niet kunnen

Iedere donderdag koken Remy en de vrijwilligers van Amigos Dias en vrijwilligers van Automaatje bezorgen de maaltijd bij jou thuis.



Aanmelden kan tot uiterlijk woensdag 12:00 uur telefonisch via: 030 603 37 48 of via e-mail op: [rvanengelen@movactor.nl](mailto:rvanengelen@movactor.nl)

## GEEF JE LEVEN GLANS!

Geef je leven glans met de online cursus Grip & Glans

De online Grip & Glans groepscursus is speciaal ontwikkeld om juist ook nu te leren hoe je actief je eigen welbevinden kunt verbeteren en meer grip op je leven kunt krijgen. Een cursus voor mensen vanaf 55 jaar, die door veranderingen en verliezen ervaren dat hun leven te weinig glans heeft.

Meer informatie op [www.movactor.nl](http://www.movactor.nl) of bel naar Sigrid van der Meij op nr. 06 11 88 54 05 of stuur een e-mail: [svandermeij@movactor.nl](mailto:svandermeij@movactor.nl)



*Zien we jou binnenkort?*





*Kwaliteit van leven is veel  
meer dan gezondheid alleen*



**MOvector**  
Stadsplein 1A  
3431 LZ Nieuwegein  
[www.movactor.nl](http://www.movactor.nl)