

Activiteitenboekje

Inloophuis de Ontmoeting

januari - juni 2018



In verscheidenheid verbonden

VOORWOORD

Voor u ligt het boekje van het project "In verscheidenheid verbonden". Een half jaar vol aantrekkelijke activiteiten georganiseerd door Inloophuis "De Ontmoeting" tijdens de maanden januari tot en met juni 2018. . Jong of oud, man of vrouw, iedereen is welkom bij onze activiteiten.

Ontwikkeling en tekst: Projectgroep van 'de Ontmoeting'.
Deze projectgroep bestaat uit; Mery Zomer, Esther Roelofsen, Ria Molemaker, Lineke Enserink, Carla Favier, Marjo Wassink (gastvrouw) en Sandra v.d. Werf(coördinator)

Inloophuis "De Ontmoeting" is een ontmoetingsplek voor bewoners van Zielhorst, Kattenbroek en de wijdere omgeving. Iedereen is welkom voor gezelligheid, aanspraak, iets te doen of een heerlijk bakje koffie of thee. Het Inloophuis wordt gerund door vrijwilligers, ondersteund door een beroepskracht. De inlooptijden zijn:
zondag, maandag en vrijdag van 14 tot 16 uur
Dinsdag, woensdag en donderdag van 10 tot 12 uur.

Onze dank gaat uit naar: Fonds SIOC die het project 'In verscheidenheid verbonden' mede mogelijk maakt.

INHOUDSOPGAVE:

Voorwoord	Pagina 2
Inhoudsopgave	Pagina 3
Algemene voorwaarden	Pagina 3
Programma In verscheidenheid verbonden	Pagina 4 -8
Vaste activiteiten	Pagina 9
Evaluatie	Pagina 11

ALGEMENE VOORWAARDEN

Aanmelden voor een of meerdere activiteiten kan op de volgende manieren:

1. U geeft zich tot kort van te voren op, schriftelijk, telefonisch of per e-mail.
2. U schrijft uw naam op de poster die op het prikbord van het Inloophuis hangt.

Steeds geldt: de activiteit gaat door als er voldoende deelnemers zijn. Inschrijving vindt plaats in volgorde van binnenkomst. U ontvangt van ons geen bevestiging.

Betaling geschiedt contant, voorafgaande aan de activiteit waaraan u deelneemt.

Roken is in het Inloophuis niet toegestaan. Wel kunt u in de pauze buiten even roken.

Toegankelijkheid: Het Inloophuis is rolstoeltoegankelijk.

Vakanties: Het Inloophuis is het hele jaar door geopend.

Aansprakelijkheid: het bestuur van het Inloophuis stelt zich niet aansprakelijk voor schade aan personen en/of eigendommen, noch voor vermissing van persoonlijke eigendommen, door welke oorzaak dan ook. Deelname aan de activiteiten geschiedt op eigen risico.

IN VERSCHIEDENHEID VERBONDEN PROGRAMMA 2018: eerste halfjaar

Dinsdag 9 januari: Lezing voetreflextherapie

Deze middag komt Bas Bouwman (gastheer op de donderdag) uitleg geven over voetreflextherapie. Dit is een zachte methode om je lichaam beter in balans te brengen. En hoe dit je emotionele en fysieke welzijn kan verbeteren. Deze middag begint om 13.30 uur. Eigen bijdrage is € 5,00.



Voetreflexpraktijk Bas Bouwman
laat uw energie stromen

Dinsdag 16 januari: Maaltijd

Gezamenlijke maaltijd voor ongeveer 15 personen.

Aanvangstijd 18:00 uur. Vanaf 17:45 uur ben je alvast welkom voor een aperitiefje. Eigen bijdrage voor deze maaltijd is € 5,00. We stellen het op prijs als je na de maaltijd even helpt met opruimen.



Dinsdag 30 januari, 6 en 20 februari: Maaltijd

Gezamenlijke maaltijd voor ongeveer 15 personen.

Aanvangstijd 18:00 uur. Vanaf 17:45 uur bent u alvast welkom voor een aperitiefje. Eigen bijdrage: € 5,00. We stellen het op prijs als u na de maaltijd even helpt met opruimen.

Dinsdag 13 februari: Experts in ontwikkelingslanden

"Wat doen Nederlandse senior experts in ontwikkelingslanden?" Ze adviseren en ondersteunen het midden en kleinbedrijf in de armste landen. Kees van Beem laat ons dit zien en vertelt over zijn ervaringen in diverse landen. O.a. in Rwanda, Tanzania, Tunesië, Zimbabwe en Indonesië. Bijdrage: €5,- Aanvang: 13:30 uur.

Dinsdag 6 en 20 maart: Maaltijd

Gezamenlijke maaltijd voor ongeveer 15 personen.

Aanvangstijd 18:00 uur. Vanaf 17:45 uur bent u alvast welkom voor een aperitiefje. Eigen bijdrage: € 5,00.

**Dinsdag 13 maart: Workshop met stof**

Deze middag komt Wilma Limmen om met u een schilderijtje te maken van lapjes stof. Dit geeft een verrassend resultaat. Deze middag begint om 13.30 uur en de eigen bijdrage is € 7,- en dit is inclusief materiaal.

Dinsdag 10 april: Valpreventie: veilig vallen en opstaan

Deze workshop wordt gegeven door Heleen Zuiderduin van SRO. Het is belangrijk om te weten dat als je valt, HOE je dat het beste kunt doen. Ook krijg je informatie over veilig opstaan en wat te doen als je je evenwicht verliest. Deze middag begint om 13.30 uur en de eigen bijdrage is €5,00

**Dinsdag 3 en 17 april, 1 en 15 mei: Maaltijd**

Gezamenlijke maaltijd voor ongeveer 15 personen.

Aanvangstijd 18:00 uur. Vanaf 17:45 uur bent u alvast welkom voor een aperitiefje. Eigen bijdrage: € 5,00. We stellen het op prijs als u na de maaltijd even helpt met opruimen.



WOENSDAG 9 mei: Bezoek aan Molen de Windhond

Deze molen in Soest is helemaal herbouwd en verplaatst.

Je krijgt een rondleiding. Er is een winkeltje in de molen waar producten worden verkocht die in de molen zijn gemalen.

Wij vertrekken om 13.30 uur en voor vervoer wordt gezorgd.

Eigen bijdrage is € 5,00

**Dinsdag 5 juni: Maaltijd**

Gezamenlijke maaltijd voor ongeveer 15 personen.

Aanvangstijd 18:00 uur. Vanaf 17:45 uur bent u alvast welkom voor een aperitiefje. Eigen bijdrage voor deze maaltijd is € 5,00. We stellen het op prijs als u na de maaltijd even helpt met opruimen.

**WIJ HEBBEN GEWOON ZIN
 OM LEKKER TE ETEN
 SAMEN MET JOU/JULLIE
 HET MENU IS EEN VERRASSING
 KLINT GOED TOCH?
 WE HEBBEN ER ZIN IN!**

Dinsdag 12 juni: Bezoek aan Het Paradijs in Barneveld

Deze middag bezoeken wij een zorgboerderij in Barneveld.

Er is een grote boerderijwinkel en een theeschenkerij.

Samen drinken wij wat en u krijgt een rondleiding.

Om 13.30 vertrekken wij en voor vervoer wordt gezorgd.

Eigen bijdrage is € 5.00

**Dinsdag 26 juni: Tuin achter de heg te Zeist**

Deze middag brengen wij een bezoek aan een mooie stadstuin

in Zeist. De eigenaar zorgt voor een rondleiding en heeft wat

lekkers gebakken voor bij de koffie/thee. We vertrekken om

13.30 uur. Eigen bijdrage is € 5.00. Voor vervoer zorgen wij.



VASTE ACTIVITEITEN t/m juni 2018

Inlooptijden:

Op zondag, maandag en vrijdag van 14 tot 16 uur en op dinsdag, woensdag en donderdag van 10 tot 12 uur.

Je bent dan van harte welkom voor een lekker kopje thee of koffie en een gezellig praatje.

Juridisch spreekuur:

Op maandagmiddag in de even weken kun je tussen 17 en 18 uur terecht in "De Ontmoeting" voor het gratis juridisch spreekuur van Mevr. Mr. Veleda van 't Westende Meeder.

Oud papier actie:

Elke eerste woensdag van de maand van 9.00 tot 12.00 uur kunt u uw oud papier inleveren bij De Ontmoeting.

De opbrengst komt ten goede aan dit project.

Tweedehands boekenmarkt:

Op zaterdag 17 maart en 9 juni van 10.00 tot 14.00 uur is er in de Ontmoeting ruime keus uit tweedehands boeken.



Wandelen iedere dinsdagochtend

Om 9.30 uur vertrekt een wandelgroep vanuit het Inloophuis voor een wandeling van ruim een uur. Daarna wordt er gezellig een kopje koffie/thee gedronken. Loop een keer mee!

Wereldwinkel

Bezoek onze wereldwinkel in het Inloophuis! Lekker dichtbij. Je kunt hier *fair trade* producten kopen, zoals koffie en thee maar ook leuke cadeautjes. We zijn geopend tijdens de inloopuren, behalve op zondag. Je bent van harte welkom!



Gespreksgroep over symbolen

Onder leiding van Francien van Overbeeke. Elke 2de en 4de maandag van de maand van 10 tot 12 uur tot en met 26 maart. De koffie staat klaar om 9.45 uur. Iedereen die wil deelnemen hartelijk welkom! (Francien van Overbeeke, tel. 4561351).

Oud = Goud - Vertelkring senioren

Tijdens ons werkzame leven in baan en/of gezin doen we veel ervaring en kennis op. In de vertelkring wordt iedereen uitgenodigd te vertellen aan de hand van een thema. Zo komt kennis en ervaring opnieuw tot leven. Start: woensdag 7 febr. Het is 2x per maand. Bijdrage: €3,- per keer. Info en aanmelden: Marleen Curvers 033-4553654 info@m-curvers.nl

Yoga op de stoel

Rustig tot uzelf komen door middel van bewegen? Dat kan bij yoga op de stoel. Iedere donderdagmiddag van 13.45 tot 14.45 (m.u.v. de schoolvakanties). Na afloop drinken we nog een kopje thee, Deze lessen worden gegeven door Twan Robben, ervaren yoga docent. Kosten € 5,00 per les. Er is een mogelijkheid voor 4 proeflessen.

EVALUATIE

We horen graag uw mening over de activiteiten en uw suggesties voor de toekomst.

Bij voorbaat hartelijk dank voor het invullen.

Dit vond ik goed:

Mijn tips:

Ik heb interesse om als vrijwilliger mee te doen bij:

- gastmensen
- tuingroep
- oud papier groep
- rijden van mensen die niet goed ter been zijn
- kookgroep (een keer per half jaar koken)
- bestuur
- PR

Inloophuis De Ontmoeting

De Bekroning 2 - 3823 EA Amersfoort

Telefoon: 033-4562805 Email: inloophuis@hetnet.nl

www.inloophuisdeontmoeting.nl

Bankrekening: NL16 RABO 0123.033.403 Ingeschreven bij de
Kamer van Koophandel onder nummer: 41190697 ANBI erkend

U kunt De Ontmoeting financieel steunen door een
ontmoetingsaandeel aan te kopen, zie website.