

Winterprogramma Januari 2022

Vogelvoerslingers maken!

3 t/m 8 januari

14:00 – 16:00 uur

Help de vogels de winter door!
Bijvoeren is gewenst om
tuinvogels de **winter** door
te helpen én voor meer
levendige gezelligheid in
de tuin. Maak vogelvoerslingers
o.l.v. Carla en Annemarie.



Textielmuseum

vrijdag 21 januari

14:30 – 16:00 uur

Het Textielmuseum is een
dynamisch en creatief
museum gevestigd in een
voormalige textielfabriek in Tilburg.
Het is de enige plek ter wereld waar
design, kunst, mode, erfgoed én innovatie
op het gebied van textiel samenkomen.



Kosten voor deelname: €3,- p.p.

Inschrijven verplicht!

Bezoek van Gils Footcare (orthopedische schoenen)

Woensdag 26 januari

14:00 – 16:00 uur

Van Gils Footcare is een
betrouwbare speler op het gebied van
orthopedische schoenen en steunzolen.
Vanuit twee hoofdvestigingen (Moergestel en
Leiderdorp) helpen ze klanten met diverse
problemen op het gebied van bewegen.



Inschrijven verplicht!

Sportspelactiviteit in de zaal

17 t/m 20 januari

Verder ook op andere
dagen, mits er geen
andere activiteiten
gepland staan.

Wie doet er mee?

Daag medebezoekers
uit en doe mee tijdens
een sportspelactiviteit
in de sportzaal.



Gezonde leefstijl week

10 t/m 15 januari

Deze week besteden
we extra aandacht
aan een gezonde
leefstijl. O.a.
Powerpoint en een
quiz, aandacht voor
gezonde snacks en
een Healthy Habits
webinar over
voeding.



Ontspanningsyoga o.l.v. vrijwilligster Fransje

Iedere woensdag van 10.30 – 11.30 uur

Doe mee en kom tot rust met de ontspanningsyoga o.l.v. Fransje. Deze zittende yoga is voor iedereen toegankelijk.



Ronnie Gardiner Methode (RGM)

Maandag & dinsdag om 14:15 uur

Onder begeleiding van Jessey kun je in december wekelijks op maandag en dinsdag meedoen met een lesje RGM. Beweging, muziek en ritme staan centraal.



Oisterwijkse weekmarkt

Donderdag vanaf 14:00 uur

De vrijwilliger(s) van Wyzorg staan voor u klaar! Elke donderdag vanaf 14:00 uur kan er een wandeling gemaakt worden met vrijwilligers. (afhankelijk van het weer)



Muziekles

Elke 1^e vrijdag en 3^e maandag van de maand om 10:45 uur

o.l.v. Nicole Berendschot



Circuit Training / ACF

Elke maandag en donderdag om 10:45 uur

Doe mee en werkt aan je gezondheid. Het doel van circuit training is om je kracht en uithoudingsvermogen te vergroten.



Soep koken met Desireé

Elke dinsdag en 3^e vrijdag van de maand om 10:30 uur

Elke dinsdag wordt er soep gemaakt o.l.v. Desireé.



Activiteitenoverzicht per week

3 t/m 8 januari

Vogelvoerslingers maken!

Datum: 3 t/m 8 januari

Tijd: 14:00 – 16:00 uur

Muziekles o.l.v Nicole

Datum: vrijdag 7 januari

Tijd: 10:45 – 12:00 uur.

RGM: beweging, muziek en ritme

Datum: elke maandag- en dinsdagmiddag

Tijd: 14:15 – 15:00 uur.

Ontspanning o.l.v. Fransje

Datum: iedere woensdagochtend

Tijd: 10:30 – 11:30 uur

Soep koken o.l.v. Desirée

Datum: iedere dinsdagochtend

Tijd: 10:30 – 12:00 uur

Oisterwijkse weekmarkt

Datum: iedere donderdagmiddag

Tijd: 14:00 – 16:00 uur

10 t/m 15 januari

Gezonde leefstijlweek

Datum: 10 t/m 15 januari

Circuittraining/ACF

Datum: iedere maandag- en donderdagochtend

Tijd: 10:45 – 11:30 uur

RGM: beweging, muziek en ritme

Datum: elke maandag- en dinsdagmiddag

Tijd: 14:15 – 15:00 uur.

Soep koken o.l.v. Desirée

Datum: iedere dinsdagochtend

Tijd: 10:30 – 12:00 uur

Ontspanning o.l.v. Fransje

Datum: iedere woensdagochtend

Tijd: 10:30 – 11:30 uur

Oisterwijkse weekmarkt

Datum: iedere donderdagmiddag

Tijd: 14:00 – 16:00 uur

17 t/m 22 januari

Sport & spel in de zaal

Datum: 17 t/m 20 januari

Tijd: 14:30 – 15:30 uur

Bezoek Textielmuseum

Datum: vrijdag 21 januari

Tijd: 14:30 – 16:00 uur

Kosten: €3,- p.p. entree

Muziekles o.l.v Nicole

Datum: maandag 17 december

Tijd: 10:45 – 12:00 uur.

Circuittraining/ACF

Datum: iedere maandag- en donderdagochtend

Tijd: 10:45 – 11:30 uur

RGM: beweging, muziek en ritme

Datum: elke maandag- en dinsdagmiddag

Tijd: 14:15 – 15:00 uur.

Soep koken o.l.v. Desirée

Datum: iedere dinsdagochtend, en de 3^e vrijdag van de maand.

Tijd: 10:30 – 12:00 uur

Ontspanning o.l.v. Fransje

Datum: iedere woensdagochtend

Tijd: 10:30 – 11:30 uur

24 t/m 31 januari

Bezoek van Gils Footcare Moergestel

Datum: woensdag 26 januari

Tijd: 14:00 – 15:30 uur

Circuittraining/ACF

Datum: iedere maandag- en donderdagochtend

Tijd: 10:45 – 11:30 uur

RGM: beweging, muziek en ritme

Datum: elke maandag- en dinsdagmiddag

Tijd: 14:15 – 15:00 uur.

Soep koken o.l.v. Desirée

Datum: iedere dinsdagochtend

Tijd: 10:30 – 12:00 uur

Ontspanning o.l.v. Fransje

Datum: iedere woensdagochtend

Tijd: 10:30 – 11:30 uur

Oisterwijkse weekmarkt

Datum: iedere donderdagmiddag

Tijd: 14:00 – 16:00 uur