

Dinsdag	Activiteit	Omschrijving	Kosten	email
<b>09:00 - 16:00 uur</b>	Recreatieve Dagactiviteit	Onder deskundige begeleiding wordt aandacht besteed aan het trainen van het geheugen en aan de lichamelijke conditie. Plezier staat bij de activiteit centraal	Gratis <i>(lunch kleine bijdrage)</i>	p.ruszczynski@santepartners.nl
<b>10:00 - 12:30 uur</b>	Ipad Cursus	iPad cursus in de Buurtpleinen. Elke 4 achtereenvolgende dinsdagen is de Ipad cursus te vinden in Buurtplein De Componist: <u>10 &amp; 17 &amp; 24 &amp; 31 Januari 2023</u> <u>9 &amp; 16 &amp; 23 &amp; 30 Mei 2023</u>	Gratis	cpoirters@casema.nl
<b>10:00 - 14:00 uur</b>	Food & Fun Lunch	Iedere week koken enthousiaste bewoners uit de wijk een lekker en gezonde Lunch.	€ 3 (op vertoon stadspas korting)	ellavankappel@hotmail.com
<b>13:00 - 16:00 uur</b>	Creatief op recept	Een middag ervaren of penselen met acrylverf jou ligt. Het gaat er niet om wat je schildert maar om ontspannen & creatief bezig te zijn. Het benodigde materiaal is aanwezig, schilderdoek, penselen, verf.	€7,50 per keer 50% korting op vertoon stadspas	kunstverbindtons@gmail.com
<b>14:15 - 18:00 uur</b>	Food & Fun Diner	Iedere week koken enthousiaste bewoners uit de wijk een lekker en gezonde avondmaaltijd.	€6 (op vertoon stadspas korting)	ellavankappel@hotmail.com

Woensdag	Activiteit	Omschrijving	Kosten	email
09:30 - 12:00 uur	De tweede verdieping	Wil je beter Nederlands leren? Of beter leren lezen en schrijven? Wil je andere mensen ontmoeten om samen de taal te oefenen? Of heb je hulp nodig met je huiswerk?	Gratis	klantenservice@detweede verdieping.nu
Donderdag	Activiteit	Omschrijving	Kosten	email
09:00 - 12:00 uur	Inloop Sport informatie	Elke donderdag zal Karen Elzing er zijn voor al je vragen over sporten in Nieuwegein namens SportID	Gratis	k.elzing@merwestein.nl
13:00- 15:00 uur	Breien	Heb je zin om op een leuke en ontspannen manier (te leren) breien sluit aan. Of zit je met een breiprobleem/vraag . Voor kleine brei activiteit is er materiaal aanwezig.	Gratis	leawijnhoven@casema.nl
13:00 - 17:00 uur	Acryl-aquarel atelier	Samen met een groep deelnemers kunt u ontspannend schilderen met acryl of aquarel onder begeleiding van docente Mathilde Kenter.	€ 27,75 per maand	mathildeklaaske@hotmail.com
13:30 – 15:30	Mahjong	Ben je bekend met het spel Mahjong en kan je het spelen? Schuif gezellig aan.	Op aanvraag	romimoki@gmail.com
19.30 - 22.15 uur	Volksdansen	Beginners: 19.30 tot 21.00 uur Koffiepauze: 21.00 tot 21.15 uur Gevorderden: 21.15 tot 22.15 uur	Als je in één groep danst € 16,00 per maand. Als je de hele avond danst € 20,00 per maand	ellenja@gmail.com dansgroep.minka@gmail.com
Vrijdag				
09:00 - 16:00 uur	Recreatieve Dagactiviteit	Onder deskundige begeleiding wordt aandacht besteed aan het trainen van het geheugen en aan de lichamelijke conditie. Plezier staat bij de activiteit centraal	Gratis (lunch kleine bijdrage)	p.ruszczynski@santepartners.nl
09:00 - 13:00 uur	Bridge	Bridgeclub 't Gein is een klein, gezellige club waar de prestatie op de tweede plaats komt	Op aanvraag	harry.en.els@ziggo.nl
10:00 - 12:00 uur	Art Journal	Art Journal is een boek waarin je met creatief materiaal werkt. Het boek is jouw plek waarin jij kunt doen wat je wilt.	Gratis, neem je eigen boek en creatieve spullen mee	nboone@ziggo.nl

<b>13:30 - 16:30 uur</b>	Kleuren voor Volwassenen	Samen kleuren, waar ontmoeting en samenzijn de hoofdmoot is	Op aanvraag	margreetu@gmail.com
<b>13:00 - 17:00 uur</b>	Digicafe	De Computer Inloop is bedoeld voor alle inwoners van Nieuwegein die digitale vragen hebben over hun Pc, tablet, iPad, e-reader of smartphone. Of wilt U meer weten over het gebruik, programma's en mogelijkheden van e-mail, internet, Excel, PowerPoint als ook met betrekking tot Facebook, Twitter en Skype, etc.	Gratis	sudeshorie@hotmail.com; contact@choiceinternational.nl

**Wil je mee doen? Of heb jezelf een leuk idee?  
Laat het ons weten!**



**Voor meer informatie over activiteiten voor kinderen en jongeren, loop gerust binnen op het buurtplein.**


**Zelf een goed idee hebt....wij horen je graag!**

**\* Wijzigingen voorbehouden**

Voor meer informatie:

Femke van Vliet  
Buurtverbinder bij De Componist

tel 06 - 13 96 85 46

 Buurtplein de componist

Nieuwsbriefontvangen? Dat kan meld je aan via de website van Movactor bij Buurtplein de Componist