

Ruim aanbod activiteiten tijdens Week tegen Eenzaamheid

De Week tegen Eenzaamheid loopt van donderdag 28 september t/m 4 oktober 2023. Een week waarin in de gemeente Dronten nog meer activiteiten worden aangeboden dan normaal al het geval is. Activiteiten waaraan je natuurlijk ook mag deelnemen als je niet eenzaam bent. Want wie vindt het nu niet leuk om

samen iets gezelligs te doen? Je hebt keus uit bijna 90 gevarieerde activiteiten.

Bewaar deze 6 pagina's zodat je iedere dag iets anders kunt uitzoeken. Je kunt alle activiteiten ook vinden op www.meersamen.nu/meersamendoen.



jaargang 5
editie 5
september 2023



Lokale Omroep Dronten

Ooit van de Flevolandse Media Stichting gehoord? Waarschijnlijk niet. De FMS heeft als doel om voor de gemeente Lelystad, Zeewolde en Dronten nieuws en informatie te verzorgen. Radio Flevoland en Lokale Omroep Zeewolde doen dit al. In de gemeente Dronten is nu nog geen omroep actief maar de FMS zal hiervoor zorgdragen. Wél wordt er al digitaal nieuws gedeeld:

www.lokaleomroepdronten.nl



Gezocht: restjes haakkatoen en borduurgaren

We zijn op zoek naar restjes haakkatoen en haaknaalden. Ook borduurgaren kun je bij ons kwijt. Ligt het je toch al jaren in de weg en wil je er vanaf? Kom het zelf brengen tijdens ons MeerSamenBakkie (en natuurlijk staat de koffie dan klaar) of neem contact op en we komen het ophalen.



meer
samen
zomer
weken

Bedankt vrijwilligers en partners!



Tijdens de
Zomerweken
2023

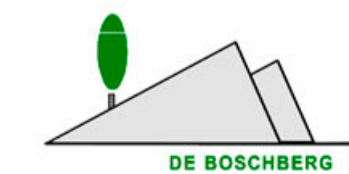
Tiental
partners

8
gevarieerde
activiteiten



Meer dan
300
blijde
deelnemers

Team van
15
vrijwilligers



kwoot
communicatie & reclame

DORPS
BOERDERIJ
DRONTEN

triade vitree



Joris de Graaff



Mannen! Wat zouden jullie willen doen tijdens het bakkie?



MeerSamenExtra

Iedere vrijdag tijdens het MeerSamenBakkie kun je ook aanschuiven voor ons extraatje. De ene keer doen we een bordspelletje, de andere keer maken we cadeau-envelopjes, een kerststukje of een "puntmutsje". Of je leert klaverjassen, borduurt een lavendelzakje of haakt een kerstbal of knuffel. Op MeerSamenDoen kun je vinden wat wanneer wordt georganiseerd (www.meersamen.nu/meersamendoen).

meer samen BAKKIE

Iedere vrijdag
Van 13.30 tot 16.30 uur
Koffie, thee en gezelligheid
De Oost 52 Dronten
(Denksportcentrum)

GOUWE OUWE

Gouwe Ouwe op herhaling

We doen het nog een keer. Heerlijk dansen en sjansen op muziek uit de jaren 60 en 70. De band speelt natuurlijk verzoeknummers. Haal nu vast je bijpassende feestkleding van zolder!

Het wordt weer meezingen met "Kom van dat dak af" of een andere Gouwe Ouwe. En dat allemaal op 21 december van 13.30 tot 16.30 uur in Dronten.

Entree: € 5,00 (inclusief 1 consumptie).

Waar precies, dat hoor je nog. Maar inschrijven mag je nu al.

Aanmelden voor activiteit of nieuwsbrief? Ideeën? Vragen?

Neem contact op met Yvon Bus via 0619673727 (appen of bellen) of yb@meersamen.nu

Minder eenzaam en een beter gevoel door creatief leven.

Wie zich eenzaam voelt of gewoon meer uit het leven wil halen, kan baat hebben bij de cursus 'Creatief leven' die wordt georganiseerd door MeerSamen. De cursus bestaat uit 8 lessen van twee uur in de periode van 18 oktober 2023 t/m 7 februari 2024 en wordt gegeven door Annemieke Diesel van bureau emPOWERed by Diesel in Dronten. De cursus is geschikt voor jong en oud en biedt handvatten om te werken aan je sociale netwerk en te ontdekken welke activiteiten jou een goed gevoel geven. "De cursus geeft je inzicht in jezelf, je gedrag en wat je zou willen bereiken voor een leven met meer inhoud", vertelt Annemieke Diesel. "Via

oefeningen en opdrachten, ook creatieve zoals schilderen, gaan we je zintuigen prikkelen en andere hersengebieden gebruiken. We kijken vooruit en gaan op zoek naar jouw kansen. Want die zijn er voor iedereen. Als je maar wilt veranderen."

Geïnteresseerd? Vragen?

Geef je dan op voor de workshop op 3 oktober 2023 van 14.00 tot 15.30 uur in De Meerpaal. Dan wordt verder uitgelegd hoe de cursus gaat en wat er van je verwacht wordt zodat je een goede

beslissing kunt nemen of de cursus Creatief Leven iets voor je is. Deelname aan de workshop is gratis.



Inspiratiebijeenkomst

In eerdere inspiratiebijeenkomsten met inwoners én coalitiepartners uit ZamenEen zijn activiteiten bedacht die de afgelopen maanden in de praktijk zijn gebracht. Voorbeelden hiervan zijn MeerSamenBakkie, MeerSamenDoen en de MeerSamenZomerweken.

De volgende bijeenkomst met de partners uit Coalitie ZamenEen en inwoners staat gepland op donderdag 30 november van 13.00 tot 18.00 uur (inclusief informele afsluiting). Deze bijeenkomst krijgt wederom de vorm van een Inspiratiebijeenkomst, waarbij met name ook inwoners van Dronten worden

uitgenodigd om te participeren. Deze bijeenkomst is niet alleen voor ouderen maar ook de jongeren zijn meer dan welkom. Noteer de datum in je agenda en meld je alvast aan bij Yvon Bus (yb@meersamen.nu).



Wat ga jij doen deze week?

Er is altijd veel te doen in onze mooie gemeente.
Maar zeker in de Week tegen Eenzaamheid.
Alle details vind je op www.meersamen.nu/meersamendoen
of scan de QR-code.

28 september t/m 4 oktober



Activiteiten tijdens Week tegen Eenzaamheid*

Donderdag 28 september

09.00 – 12.00 uur

Gezellige inloop met gratis kopje koffie/thee | Dronten

AC Leeuwen'art - Hogerhuis 10 - Dronten
Van maandag t/m vrijdag is er gratis koffie/thee voor bewoners omgeving Dronten.
Aanmelden is niet nodig.
www.facebook.com/KwintesACleeuwenart

09.15 – 11.30 uur

Creatieve inloop Creadon | Biddinghuizen

MFC De Binding - Akkerhof 3a - Biddinghuizen
Bij Creadon kun je kiezen uit verschillende creatieve activiteiten. Zo kun je kaarten maken, borduren en haken. Dit is slechts een greep uit de vele mogelijkheden.
Nieuwsgierig? Loop gerust eens binnen!
Kosten: € 0,50 per keer.
Aanmelden bij Jannie Aarsen 06 13 78 81 88 of bij Ankie Dal, 06 12 12 80 09.

09.30 – 11.30 uur

Creaclub Kaarten maken | Dronten

De Meerpaal - de Witte zaal - De Rede 80 - Dronten
Bij het maken van kaarten wordt gebruik gemaakt van diverse technieken zoals 3D-, snij-, pons- en emboss-werk, iris vouwen en ribbon weaving.
Kosten: € 1,50 per kaart
Aanmelden via Ineke Gijzen, 0321 339 414 of ineke.gijzen@hetnet.nl

09.30 – 11.30 uur

Breien / Crea mee | Dronten

De Meerpaal - de Rede 80 - Dronten
Houd je van handwerken? Bij Breien/Crea Mee krijg je volop de tijd om te werken aan een eigen creatie. Uiteraard is er ruimte om ideeën en technieken met elkaar uit te wisselen. Hulp nodig? Genoeg leden die je kunnen helpen.
Kosten: je betaalt alleen materiaalkosten (schatting: € 5,00)
Aanmelden bij Fenny Keijzer, 06 46 83 57 08

10.00 – 11.00 uur

Wandelen met bondgenoten onder begeleiding van een coach | Dronten

Vertrekpunt: Dorpsboerderij Dronten - Wisentweg 5A - Dronten
Dit is een activiteit voor Mantelzorgers.
Aanmelden is niet nodig. Voor vragen: 088-7878988 of events@lwpc.nl
www.mantelkring.nl

10.00 – 11.00 uur

Wandelgroep | Swifterbant

Vertrekpunt: De Steiger - De Heraldiek 2a - Swifterbant
Organisator: Huisartsen Swifterbant
Keuze tussen 2,5 km (startende wandelaar) en 5 km wandelen (ervaren wandelaar).
Deelname is gratis. Aanmelden is niet nodig.

10.00 – 13.00 uur

Oefenplein | Dronten

Flevomeerbibliotheek - de Rede 80 - Dronten
Voor iedereen die iets wil leren (bijv. autotheorie oefenen, videobellen met kinderen, foto's bewerken, een podcast opnemen of een budgetplanning maken).
Oefen zelf (of onder begeleiding) online.
Aanmelden is niet nodig.
Voor meer informatie:
www.flevomeerbibliotheek.nl

10.00 – 13.00 uur

Kennisplein | Dronten

Flevomeerbibliotheek - de Rede 80 - Dronten
Bij het kennisplein kun je kennis halen. En ook leren en oefenen. Maatschappelijke partners tegelijk bij elkaar voor jouw gemak.
Voor meer informatie:
www.flevomeerbibliotheek.nl

10.00 – 17.00 uur

Samen naar Buiten! | Dronten

Ontmoetingspark Buiten! - De Dukdalf 2 - Dronten
Gedurende de Week tegen Eenzaamheid bieden wij iedereen die iemand anders heeft uitgenodigd om samen naar Ontmoetingspark Buiten! te gaan en nog nooit bij ons is geweest, een gratis kopje koffie of thee aan om zo kennis te maken met ons Ontmoetingspark.
Deelname is gratis.
Aanmelden en informatie:
info@ontmoetingsparkbuiten.nl

10.15 – 11.30 uur

Wandelen onder begeleiding van een coach | Biddinghuizen

Vertrekpunt: Flevomeerbibliotheek - Akkerhof 1 - Biddinghuizen
Voor Ouderen 50+ en Mantelzorgers.
Aanmelden is niet nodig.
Voor vragen: 088-7878988 of events@lwpc.nl

12.00 – 13.00 uur

Lekkere lunch | Dronten

AC Leeuwen'art - Hogerhuis 10 - Dronten
Op het Activiteiten Centrum van Leeuwen'art wordt er iedere dag een wisselende lunch verzorgd die diezelfde dag (i.o.m. bezoekers) bedacht wordt. Je hebt dus lekker(e) inspraak.

(Kwintes) cliënten van het AC en bewoners omgeving Dronten kunnen zich op de dag zelf vóór 10.00 uur aanmelden.
De kosten variëren tussen € 1,00 en € 5,00.
www.facebook.com/KwintesACleeuwenart

12.00 – 14.00 uur

Verbind, zwem en geniet | Dronten

De Kemenade - Oude Dronterweg 3 - Dronten



Stap bij De Kemenade in heerlijk verwarmd zwembadwater van 32 graden om bijvoorbeeld baantjes te trekken. Deze zwemsessies zijn niet alleen een geweldige oefening, maar het is ook een kans om nieuwe mensen te ontmoeten.
Kosten € 5,00
Aanmelden via zwemmen@dekemenade.nl

12.30 – 14.00 uur

Open Tafel | Swifterbant

De Steiger - De Heraldiek 2a - Swifterbant
De open tafel is er voor alleenstaande en alleengaande senioren die gezamenlijk van een lekkere en gezonde maaltijd willen genieten. Uiteraard kun je na de maaltijd gezellig natafelen onder het genot van een kopje koffie of thee. Aanmelden mag het hele jaar door.
Kosten: € 3,00 per maaltijd.
Aanmelden bij Ria Nieuwdorp, 0321 324 699 of ria.nieuwdorp@hetnet.nl

13.30 – 16.30 uur

Koersbal | Swifterbant

De Steiger - De Heraldiek 2a - Swifterbant
Koersbal is afgeleid van het Engelse 'Bowls' en je speelt het op een viltmat van acht bij twee meter.
Kosten: € 4,00 per maand voor 1 x per week en € 6,00 per maand voor 2 x per week
Aanmelden:
bij Leonard Steinhart, 06 38 89 28 55 of leonardsteinhart52@gmail.com

14.00 – 16.30 uur

Jeu de Boules | Swifterbant

De Steiger - De Heraldiek 2a - Swifterbant
Jeu de boules voor iedereen in Swifterbant en omgeving.
Deelname is gratis. Aanmelden:
www.flevoboulers.nl/contact/ of bij binnenkomst.

14.30 – 16.30 uur

Jeu de Boules | Dronten

Ontmoetingspark Buiten! - De Dukdalf 2 - Dronten
Lekker actief bezig zijn en gelijk nieuwe contacten opdoen. De eerste keer is uw kopje koffie gratis.
Deelname is gratis. Aanmelden en informatie:
info@ontmoetingsparkbuiten.nl

Vrijdag 29 september

09.00 – 12.00 uur

Tech Sociaal | Dronten

AC Leeuwen'art - Hogerhuis 10 - Dronten
De tech sociaal groep van het Activiteiten Centrum (AC) van Leeuwen'art is voor mensen die het leuk vinden om hun computerkennis verder uit te breiden. Hierbij komen verschillende trajecten aan bod. 3Dprinten/ Robotica/ Websites maken etc.
Deelname is gratis.
Aanmelden: via acleeuwenart@kwintes.nl (contactpersoon Rahima).
www.facebook.com/KwintesACleeuwenart

09.00 – 12.00 uur

Gezellige inloop met gratis kopje koffie/thee | Dronten

AC Leeuwen'art - Hogerhuis 10 - Dronten
Van maandag t/m vrijdag is er gratis koffie/thee voor bewoners omgeving Dronten.
Aanmelden is niet nodig.
www.facebook.com/KwintesACleeuwenart

10.00 – 17.00 uur

Samen naar Buiten! | Dronten

Ontmoetingspark Buiten! - De Dukdalf 2 - Dronten



Gedurende de week Tegen Eenzaamheid bieden wij iedereen die iemand anders heeft uitgenodigd om samen naar Ontmoetingspark Buiten! te gaan en nog nooit bij ons is geweest, een gratis kopje koffie of thee aan om zo kennis te maken met ons Ontmoetingspark.
Deelname is gratis. Aanmelden en informatie:
info@ontmoetingsparkbuiten.nl

10.00 – 11.00 uur

Wandelen | Dronten - Zuid

Vertrekpunt: Sportzaal De Landing - Lancasterdreef 63 - Dronten - Zuid

Alle inwoners uit Dronten - Zuid zijn welkom. Na afloop drinken we nog een kopje koffie of thee samen (als je daar zin in hebt).

Deelname is gratis.

Aanmelden is niet nodig.

10.15 – 12.30 uur

Koffie met een oortje | Dronten

Kerkcentrum de Ark - De Oost 54 - Dronten
Wekelijks zijn mensen welkom op de koffie, voor een spelletje en aansluitend lunch met soep en iets lekkers. De koffie/thee bieden we graag aan.

Kosten: voor de lunch vragen we een vrijwillige bijdrage.

Aanmelden is niet nodig.

10.30 – 11.30 uur

Wandelen in de Wijk | Dronten

Vertrekpunt:

De Meerpaal - De Rede 80 - Dronten

Een half uur wandelen met tussendoor wat oefeningen onder begeleiding van een fysio-/oefentherapeut. Afsluiten met gezamenlijk kopje koffie/thee.

Kosten: € 0,50

Aanmelden is niet nodig.

Voor informatie:

wandelenindewijk@outlook.com of via 088 - 1719 000.

11.00 – 12.00 uur

Soepmoment | Dronten - Zuid

Inwoners van Dronten - Zuid organiseren een gezellige ochtend met een lekkere kom soep op de laatste vrijdag van de maand.

Kosten: € 1,50

Aanmelding is niet nodig.

Informatie: Sonja Schrama via

sjewoudshoorn@gmail.com

11.00 – 12.00 uur

Inloop in Zuid | Dronten - Zuid

Basisschool Het Wilgerijs - Lancasterdreef 65 - Dronten

Inwoners uit Dronten Zuid organiseren een gezellige ochtend met een kop koffie of thee voor alle inwoners uit Dronten Zuid.

Kosten: € 1,50

Aanmelden is niet nodig.

Informatie: Sonja Schrama via

sjewoudshoorn@gmail.com

12.00 – 13.00 uur

Lekkere lunch | Dronten

AC Leeuwen'art - Hogerhuis 10 - Dronten

Op het Activiteiten Centrum van Leeuwen'art wordt er iedere dag een wisselende lunch verzorgd die diezelfde dag (i.o.m. bezoekers) bedacht wordt. Je hebt dus lekker(e) inspraak. (Kwintes) cliënten van het AC en bewoners omgeving Dronten kunnen zich op de dag zelf vóór 10.00 uur aanmelden.

De kosten variëren tussen € 1,00 en € 5,00.

www.facebook.com/KwintesACleeuwenart

12.00 – 14.00 uur

Verbind, zwem en geniet | Dronten

De Kemenade - Oude Dronterweg 3 - Dronten
Stap bij De Kemenade in heerlijk verwarmd zwembadwater van 32 graden om bijvoorbeeld baantjes te trekken. Deze zwemsessies zijn niet alleen een geweldige oefening, maar het is ook een kans om

nieuwe mensen te ontmoeten.

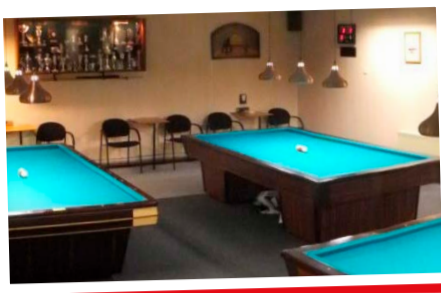
Kosten € 5,00

Aanmelden via zwemmen@dekemenade.nl

13.00 – 17.00 uur

Senioren Biljart | Biddinghuizen

BCC - Sportlaan 3 - Biddinghuizen



Iedereen is welkom, zowel leden als niet leden. Op een ontspannen manier een potje biljarten met leeftijdsgenoten in een mooie accommodatie op goed onderhouden biljarts

Kosten: € 2,50

Aanmelden is niet nodig.

Meer informatie: bbc-biljart.nl

13.30 – 16.30 uur

MeerSamenBakkie - Feestelijke opening | Dronten

DenksportCentrum Dronten - De Oost 52 - Dronten

Iedere vrijdag schenken we een bakkie gezelligheid maar op vrijdag 29 september wordt het een speciale dag. Dan is namelijk de feestelijke opening van MeerSamenBakkie met een leuk programma. Wat er precies gaat gebeuren, verklappen we nog niet, maar zorg ervoor dat je op tijd bent want dan mis je niets. Voor deze keer moet je je wel even aanmelden zodat we voldoende lekkers bij de koffie kunnen inkopen.

Deelname is gratis.

Aanmelden bij Yvon Bus, 06 19 67 37 27 (bellen of WhatsApp) of yb@meersamen.nu.

14.00 – 16.00 uur

Bingo | Biddinghuizen

MFC De Binding - Akkerhof 3a - Biddinghuizen
De bingo is voor iedereen toegankelijk. Naast het feit dat er weer leuke prijzen te winnen zijn, is het ook een mooi ontmoetingsmoment, onder het genot van een kopje koffie of thee. Tijdens de pauze zijn er ook andere consumpties verkrijgbaar.

Kosten: € 2,50 per keer

Meer informatie over deze activiteit?

Neem contact op via 0321 388 777 of serviceplein@meerpaal.nl

14.00 – 16.30 uur

Bingo | Swifterbant

Het Pluspunt in De Steiger - De Heraldiek 2a - Swifterbant

De bingo is voor iedereen toegankelijk. Naast het feit dat er weer leuke prijzen te winnen zijn, is het ook een mooi ontmoetingsmoment, onder het genot van een kopje koffie of thee. Tijdens de pauze zijn er ook andere consumpties verkrijgbaar.

Kosten: € 7,50. Hiervoor krijg je een serie kaarten en twee consumpties.

Meer informatie:

Aafke Harlaar tel. 0321 321 849.

15.00 – 16.00 uur

Afhaalmaaltijden Hogerhuis | Dronten

AC Leeuwen'art - Hogerhuis 10 - Dronten

De werkbegeleider van het Activiteiten Centrum(AC) kookt samen met dagbesteders iedere vrijdag een heerlijke maar vooral gezonde maaltijd. Toetje inbegrepen.

Maaltijden worden iedere maandag geplaatst op de Facebook pagina van AC Leeuwen'art. (Kwintes) cliënten van het AC en bewoners omgeving Dronten kunnen vrijdag vóór 10.00 uur hun maaltijd bestellen en tussen 15.00-16.00 uur komen ophalen.

Kosten: € 4,00

www.facebook.com/KwintesACleeuwenart

18.00 – 19.30 uur

Maaltijd Gastvrij | Dronten

"De Lichtboei" - De Boeg 37 - Dronten

Maaltijd Gastvrij wordt elke laatste vrijdag van de maand gehouden in Kerkgebouw "de Lichtboei".

Deelname is gratis.

Aanmelden: in de Weggeefwinkel, de Boeg 37 (iedere dinsdag tussen 09.00 en 11.30 uur) of via gastvrijlichtboei@gmail.com

18.30 – 20.30 uur

Breicafé | Dronten

Flevomeerbibliotheek - de Rede 80 - Dronten

Gezellig samen op het Serviceplein aan de slag met het meegebrachte handwerkproject. Iedereen is welkom, ook om vragen te stellen, patronen uit te wisselen of om met hulp van anderen die lastige steek onder de knie te krijgen.

Deelname is gratis. Aanmelden is niet nodig.

Zaterdag 30 september

10.00 – 13.00 uur

Voorlichtingsstand bij de Vier Seizoenen | Dronten

De Vier Seizoenen - Golfresidentie 129 - Dronten



Samen met Maatschappelijk Werk Meerpaal en Vraagelkaar zijn we aanwezig bij De Vier Seizoenen. Woont u op de Golfresidentie of in Dronten Zuid en heeft u wel eens eenzaamheidsgevoelens of wilt u als vrijwilliger gezelligheid bieden aan uw medemens, kom langs voor een praatje. We kunnen u meer informatie geven over wat Humanitas Ontmoeting voor u persoonlijk kan betekenen.

Voor informatie of vragen:

Hilde Kraaijeveld tel 06 83 81 11 68, mail.Humanitasdronten@infracom.info

10.00 – 17.00 uur

Samen naar Buiten! | Dronten

Ontmoetingspark Buiten! - De Dukdalf 2 - Dronten

Gedurende de week Tegen Eenzaamheid bieden wij iedereen die iemand anders heeft uitgenodigd om samen naar Ontmoetingspark Buiten! te gaan en nog nooit bij ons is

geweest, een gratis kopje koffie of thee

aan om zo kennis te maken met ons

Ontmoetingspark.

Deelname is gratis. Aanmelden en informatie: info@ontmoetingsparkbuiten.nl

13.15 – 15.30 uur

Scootmobiel- en fietsclub | Dronten

Vertrekpunt: De Meerpaal - De Rede 80 - Dronten

Een tocht voor mensen met scootmobiel en hun familie. In en rond de kern van Dronten. De eerste keer nodigen we je graag gratis uit. Vind je het leuk en wil je vaker mee, dan zijn de kosten € 5,00 per keer. Kosten kunnen betaald worden met je tegoed van de Pas van Dronten. Eigen scootmobiel is noodzakelijk. Van de pauze onderweg maken we samen een leuk sociaal moment. Met drinken en iets lekkers.

Aanmelden en informatie:

Lilian via 06 2945 9935

Zondag 1 oktober

14.30 – 15.30 uur

Wandelpraatje | Dronten

Voor mensen die behoefte hebben aan een wandeling waarbij een praatje gemaakt en nieuwe contacten gelegd worden. Wandelen gedurende 45-60 min (3 á 4 km)
Vertrekpunt: wordt in onderling overleg bepaald.

Deelname is gratis. Aanmelden en vragen:

Hilde Kraaijeveld via 06 83 81 11 68 of humanitasdronten@infracom.info

Maandag 2 oktober

09.00 – 12.00 uur

Gezellige inloop met gratis kopje koffie/thee | Dronten

AC Leeuwen'art - Hogerhuis 10 - Dronten
Van maandag t/m vrijdag is er gratis koffie/thee voor bewoners omgeving Dronten. Aanmelden is niet nodig. www.facebook.com/KwintesACleeuwenart

09.30 – 12.00 uur

Jeu de Boules | Swifterbant

De Steiger - De Heraldiek 2a - Swifterbant
Jeu de boules voor iedereen in Swifterbant en omgeving.

Deelname is gratis.

Aanmelden: www.flevoboulers.nl/contact/ of tijdens binnenkomst.

09.30 – 11.30 uur

Koersbal | Dronten

De Meerpaal - De Rede 50 - Dronten
Koersbal is afgeleid van het Engelse 'Bowls' en je speelt het op een vilten mat van acht bij twee meter.

Kosten: € 5,00 per maand

Aanmelden bij Annie Tax, tel. 06 40 60 17 42.

09.45 – 12.30 uur

Workshop 'In contact met jezelf én anderen' (incl. lunch) | Dronten

Dorpsboerderij Dronten - Wisentweg 5a - Dronten

Laat je meevoeren in de workshop 'Jezelf zijn'. In anderhalf uur krijg je drie bijzondere handvatten aangereikt die je kunt inzetten om op een ontspannen manier in contact te

Zijn met de mensen om je heen. Na afloop lunchen we gezellig met elkaar. Ben je erbij? Deelname is gratis. Aanmelden: vraagelkaar.nl/cafe, vraag@vraagelkaar.nl of bellen naar: 0321 314 803

10.00 – 17.00 uur

Samen naar Buiten! | Dronten

Ontmoetingspark Buiten - De Dukdalf 2 - Dronten



Gedurende de week Tegen Eenzaamheid bieden wij iedereen die iemand anders heeft uitgenodigd om samen naar Ontmoetingspark Buiten! te gaan en nog nooit bij ons is geweest, een gratis kopje koffie of thee aan om zo kennis te maken met ons Ontmoetingspark.

Deelname is gratis. Aanmelden en informatie: info@ontmoetingsparkbuiten.nl

10.30 – 12.00 uur

Opstart Buiten! | Dronten

Ontmoetingspark Buiten! - De Dukdalf 2 - Dronten

Tijd voor een gezellige ochtend, niets moet en veel mag! Een gezellig praatje, een spelletje doen, samen wandelen..., we gaan samen met de bezoekers kijken waar behoefte aan is. Doet en denkt u mee?

Deelname is gratis.

Aanmelden en informatie:

info@ontmoetingsparkbuiten.nl

12.00 – 13.00

Lekkere lunch | Dronten

AC Leeuwen'art - Hogerhuis 10 - Dronten
Op het Activiteiten Centrum van Leeuwen'art wordt er iedere dag een wisselende lunch verzorgd die diezelfde dag (i.o.m. bezoekers) bedacht wordt. Je hebt dus lekker(e) inspraak. (Kwintes) cliënten van het AC en bewoners omgeving Dronten kunnen zich op de dag zelf vóór 10.00 uur aanmelden. De kosten variëren tussen € 1,00 en € 5,00.

www.facebook.com/KwintesACleeuwenart

12.00 – 14.00 uur

Verbind, zwem en geniet | Dronten

De Kemenade - Oude Dronterweg 3 - Dronten
Stap bij De Kemenade in heerlijk verwarmd zwembadwater van 32 graden om bijvoorbeeld baantjes te trekken. Deze zwemsessies zijn niet alleen een geweldige oefening, maar het is ook een kans om nieuwe mensen te ontmoeten.

Kosten € 5,00

Aanmelden via zwemmen@dekemenade.nl

13.00 – 17.00 uur

Senioren Biljart | Biddinghuizen

BCC - Sportlaan 3 - Biddinghuizen
Iedereen is welkom, zowel leden als niet leden. Op een ontspannen manier een potje biljarten met leeftijdsgenoten in een mooie accommodatie op goed onderhouden biljarts
Kosten: € 2,50

Aanmelden is niet nodig.

Meer informatie: bbc-biljart.nl

13.30 – 15.00 uur

Jeu de Boules | Biddinghuizen

MFC De Binding - Akkerhof 3a - Biddinghuizen
Bij MFC De Binding is een prachtige jeu de boulesbaan. Kom gerust eens een spelletje meespelen. De jeu de boulesballen zijn aanwezig. In MFC De Binding ben je ook altijd welkom voor een kopje koffie.

Kosten: € 7,50 per jaar

Aanmelden bij Rinus Overwater,

tel. 0321 333 646

15.00 – 16.00 uur

Afhaalmaaltijden Hogerhuis | Dronten

AC Leeuwen'art - Hogerhuis 10 - Dronten
De werkbegeleider van het Activiteiten Centrum(AC) kookt samen met dagbesteders iedere vrijdag een heerlijke maar vooral gezonde maaltijd. Toetje inbegrepen.

Maaltijden worden iedere maandag geplaatst op de Facebook pagina van AC Leeuwen'art. (Kwintes) cliënten van het AC en bewoners omgeving Dronten kunnen vrijdag vóór 10.00 uur hun maaltijd bestellen en tussen 15.00-16.00 uur komen ophalen.

Kosten: € 4,00

www.facebook.com/KwintesACleeuwenart

18.00 – 19.15 uur

Samen eten | Dronten

Aan de Fonteyn - Het Ruim 15 - Dronten
Gezellig samen eten en nieuwe contacten opdoen.

Kosten: € 8,50

Aanmelden en vragen via 088-7878988

of events@lwpc.nl

19.00 – 22.00 uur

Biljarten | Swifterbant

Het Pluspunt in De Steiger - De Heraldiek 2a - Swifterbant

Voor iedereen die op z'n tijd graag wil biljarten of dit graag wil leren. In Swifterbant kun je tijdens de inloop terecht voor een spelletje biljart.

Kosten: € 6,50 voor 3 maanden.

Aanmelden is niet noodzakelijk.

Meer informatie: Dook Musters via 0321 321 792 of d.musters@solcon.nl

19.15 – 20.15 uur

Wandelen onder begeleiding van een coach | Dronten

Vertrekpunt: Aan de Fonteyn - Het Ruim 15 - Dronten

Voor Ouderen 50+ en Mantelzorgers.

Deelname is gratis.

Aanmelden is niet nodig. Voor vragen:

088-7878988 of events@lwpc.nl

19.30 – 21.30 uur

Brei- en haakgroep | Swifterbant

De Steiger - De Heraldiek 2a - Swifterbant
Met een heel gezellig groepje inwoners wordt in De Steiger iedere week gebreid en gehaakt dat het een lieve lust is. Men geeft elkaar tips en er wordt van alles en nog wat besproken. Meedoen kost niets, maar iedereen betaalt wel zelf een kopje koffie, thee of wat anders. Loop gewoon binnen; aanmelden is niet nodig.

Dinsdag 3 oktober

09.00 – 12.00 uur

Gezellige inloop met gratis kopje koffie/ thee | Dronten

AC Leeuwen'art - Hogerhuis 10 - Dronten
Van maandag t/m vrijdag is er gratis koffie/ thee voor bewoners omgeving Dronten.

Aanmelden is niet nodig.

www.facebook.com/KwintesACleeuwenart

09.00 – 11.30 uur

De Weggeefwinkel | Dronten

“De Lichtboei” - de Boeg 37 - Dronten
We hebben een gezellige koffietafel. Een vensterbank met steekjes om mee te nemen. Stellingen met leuke spullen. Een kleding/ schoenen hoek. Sieraden en tassen. De koffie/thee staat altijd klaar en vaak is er wat lekkers. Dit is allemaal gratis.

09.30 – 11.30 uur

Koersbal | Biddinghuizen

MFC De Binding - Akkerhof 3a - Biddinghuizen
Koersbal is afgeleid van het Engelse 'Bowls' en je speelt het op een vilt mat van acht bij twee meter.

Kosten: € 2,00 per maand

Aanmelden bij Frans Storm, 06 46 04 78 80 of fransstorm42@outlook.com

10.00 – 11.00 uur

Wandelen onder begeleiding van een coach | Swifterbant

Vertrekpunt: De Steiger - Heraldiek 2a - Swifterbant

Voor Ouderen 50+ en Mantelzorgers.

Deelname is gratis.

Aanmelden niet nodig. Voor vragen:

088-7878988 of events@lwpc.nl

10.00 – 17.00 uur

Samen naar Buiten! | Dronten

Ontmoetingspark Buiten! - De Dukdalf 2 - Dronten

Gedurende de week Tegen Eenzaamheid bieden wij iedereen die iemand anders heeft uitgenodigd om samen naar Ontmoetingspark Buiten! te gaan en nog nooit bij ons is geweest, een gratis kopje koffie of thee aan om zo kennis te maken met ons Ontmoetingspark.

Deelname is gratis. Aanmelden en informatie: info@ontmoetingsparkbuiten.nl

12.00 – 13.00 uur

Lekkere lunch | Dronten

AC Leeuwen'art - Hogerhuis 10 - Dronten
Op het Activiteiten Centrum van Leeuwen'art wordt er iedere dag een wisselende lunch verzorgd wat diezelfde dag (i.o.m. bezoekers) bedacht wordt. Je hebt dus lekker(e) inspraak. (Kwintes) cliënten van het AC en bewoners omgeving Dronten kunnen zich op de dag zelf vóór 10.00 uur aanmelden.

De kosten variëren tussen € 1,00 en € 5,00.

www.facebook.com/KwintesACleeuwenart

12.00 – 14.00 uur

Verbind, zwem en geniet | Dronten

De Kemenade - Oude Dronterweg 3 - Dronten
Stap bij De Kemenade in heerlijk verwarmd zwembadwater van 32 graden om bijvoorbeeld baantjes te trekken. Deze zwemsessies zijn niet alleen een geweldige oefening, maar het is ook een kans om

nieuwe mensen te ontmoeten.

Kosten € 5,00

Aanmelden via zwemmen@dekemenade.nl

12.00 – 13.30 uur

Open Tafel | Dronten

Grandcafé in De Meerpaal - De Rede 80 - Dronten

De open tafel is er voor alleenstaande en alleengaande senioren die gezamenlijk een lekkere en gezonde maaltijd willen eten. Uiteraard kun je na de maaltijd gezellig natafelen onder het genot van een kopje koffie of thee.

Kosten: € 5,00 per maaltijd

Aanmelden via Open Tafel 06 44 92 69 53

13.00 – 15.00 uur

Oefenplein | Dronten

Flevomeerbibliotheek - de Rede 80 - Dronten
Voor iedereen die iets wil leren (bijv. autotheorie oefenen, videobellen met kinderen, foto's bewerken, een podcast opnemen of een budgetplanning maken). Oefen zelf (of onder begeleiding) online.

Aanmelden is niet nodig.

Voor meer informatie:

[www.flevomeerbibliotheek](http://www.flevomeerbibliotheek.nl)

13.30 – 16.00 uur

Klaverjassen | Dronten

DenksportCentrum Dronten - De Oost 52 - Dronten

Voor mensen die graag een kaartje willen leggen bij een gezellige club in een ontspannen sfeer.

De zaal is open vanaf 12.45 uur.

Kosten: € 5,00.

Aanmelden is niet nodig.

14.00 – 16.00 uur

Ontdek de cursus Creatief Leven | Dronten

De Meerpaal - De Rede 80 - Dronten
Mini-workshop door Annemieke Diesel. In deze mini-workshop Creatief Leven ontdek je waar deze cursus uit bestaat, wat je er zoal leert en vooral ook of en wanneer het voor jou zinvol is om ermee te beginnen. Deelname is gratis.

Aanmelden bij Yvon Bus, MeerSamen via yb@meersamen.nu of 06 19 67 37 27

14.00 – 15.30 uur

Samen Parkbos Dronten verkennen | Dronten

Vertrekpunt: achter de Regenboog (bij het speelhuisje) - de Oost 55 - Dronten



Onder leiding van enthousiaste initiatiefneemster Ingrid bekijken we de bosranden die door de seizoenen heen heel verschillend zijn.

Deelname is gratis en aanmelden is niet nodig.

16.00 – 19.00 uur

Open Tafel | Biddinghuizen

MFC De Binding - Akkerhof 3a Biddinghuizen
De open tafel is er voor alleenstaande en

alleengaande senioren die gezamenlijk een lekkere en gezonde maaltijd willen eten. Uiteraard kun je na de maaltijd gezellig natafelen onder het genot van een kopje koffie of thee.

Kosten: € 4,00 per maaltijd

Aanmelden bij Ankie Dal 06 12 12 80 09

19.00 – 21.30 uur

Jeu de Boules | Swifterbant

De Steiger - De Heraldiek 2a - Swifterbant
Jeu de boules voor iedereen in Swifterbant en omgeving.

Deelname is gratis.

Aanmelden: www.flevoboulers.nl/contact/ of tijdens binnenkomst

Woensdag 4 oktober

09.00 – 12.00 uur

Gezellige inloop met gratis kopje koffie/thee | Dronten

AC Leeuwen'art - Hogerhuis 10 - Dronten
Van maandag t/m vrijdag is er gratis koffie/thee voor bewoners omgeving Dronten.
Aanmelden is niet nodig.
www.facebook.com/KwintesACleeuwenart

09.00 – 12.00 uur

Voorlichtingsstand op de markt | Dronten

Meerpaalplein - De Rede - Dronten
Heeft u wel eens eenzaamheidsgevoelens of wilt u als vrijwilliger gezelligheid bieden aan uw medemens, kom dan langs voor een praatje. We kunnen u meer informatie geven over wat Humanitas Ontmoeting voor u persoonlijk kan betekenen.
Voor informatie of vragen:
Hilde Kraaijeveld tel 06 83 81 11 68,
mail humanitasdronten@infracom.info

09.00 – 12.00 uur

Koersbal | Swifterbant

De Steiger - De Heraldiek 2a - Swifterbant
Koersbal is afgeleid van het Engelse 'Bowls' en je speelt het op een vilten mat van acht bij twee meter.
Kosten: € 4,00 per maand voor 1 x per week en € 6,00 per maand voor 2 x per week
Aanmelden:
Leonard Steinhart, 06 38 89 28 55 of leonardsteinhart52@gmail.com

09.15 – 11.45 uur

Crea-plus | Swifterbant

Het Pluspunt De Steiger - Heraldiek 2a - Swifterbant
Bij Crea-plus kun je kiezen uit verschillende creatieve activiteiten. Zo kun je kaarten maken, borduren, haken en breien. Dit is slechts een greep uit de vele mogelijkheden. Nieuwsgierig? Loop gerust eens binnen.
Kosten: € 0,50 per keer
Aanmelden bij Magda Helmer, 0321 323 634.

09.30 – 12.00 uur

Jeu de Boules met koffie | Biddinghuizen

MFC De Binding - Akkerhof 3a - Biddinghuizen
Bij MFC De Binding is een prachtige jeu de boulesbaan. Kom gerust eens een spelletje meespelen. De jeu de boulesballen zijn aanwezig. In MFC De Binding ben je ook altijd welkom voor een kopje koffie.
Kosten: € 7,50 per jaar
Aanmelden bij Rinus Overwater,
tel. 0321 333 646

10.00 – 11.00 uur

Wandelen met waardevolle gesprekken onder begeleiding van een coach | Dronten

Dorpsboerderij Dronten - Wisentweg 5a - Dronten
Voor Ouderen 50+
Deelname is gratis.
Aanmelden niet nodig. Voor vragen:
088-7878988 of events@lwpc.nl

10.00 – 12.00 uur

Inloopochtend De Boot | Dronten

De Boot - Educalaan 25 - Dronten
Koffie/thee en gebed op een unieke locatie. Iedereen is welkom, jong en oud, gelovig en niet-gelovig.
Deelname is gratis en aanmelden is niet nodig.

10.00 – 13.00 uur

Kennisplein | Dronten

Flevomeerbibliotheek - De Rede 80 - Dronten
Bij het kennisplein kun je kennis halen. En ook leren en oefenen. Maatschappelijke partners tegelijk bij elkaar voor jouw gemak. Actuele tijden van diverse spreekuren zijn te vinden op www.flevomeerbibliotheek.nl/leren

10.00 – 17.00 uur

Samen naar Buiten! | Dronten

Ontmoetingspark Buiten! - De Dukdalf 2 - Dronten
Gedurende de week Tegen Eenzaamheid bieden wij iedereen die iemand anders heeft uitgenodigd om samen naar Ontmoetingspark Buiten! te gaan en nog nooit bij ons is geweest, een gratis kopje koffie of thee aan om zo kennis te maken met ons Ontmoetingspark.
Deelname is gratis. Aanmelden en informatie: info@ontmoetingsparkbuiten.nl

10.30 – 11.30 uur

Wandelen met bondgenoten onder begeleiding van een coach | Dronten

Vertrekpunt: Dorpsboerderij Dronten - Wisentweg 5A - Dronten
Dit is een activiteit voor Mantelzorgers.
Aanmelden niet nodig. Voor vragen:
088-7878988 of events@lwpc.nl
www.mantelkring.nl

11.00 – 12.00 uur

Dansworkshop Zumba Gold 50+ | Dronten

Devine Dance Center - Het Spaarne 21 - Dronten



De workshop bestaat uit een warming up, verschillende oefeningen met eenvoudige danspassen. In de danszaal met balletvloer kan worden gedanst op sokken of op zachte dansschoenen.
Deelname is gratis.
Aanmelden voor de gratis workshops kan via het formulier "proefles" op de website van Divine Dance Center,
mijn.divinedancecenter.nl/proefles

12.00 – 13.00 uur

Lekkere lunch | Dronten

AC Leeuwen'art - Hogerhuis 10 - Dronten
Op het Activiteiten Centrum van Leeuwen'art wordt er iedere dag een wisselende lunch verzorgd die diezelfde dag (i.o.m. bezoekers) bedacht wordt. Je hebt dus lekker(e) inspraak. (Kwintes) cliënten van het AC en bewoners omgeving Dronten kunnen zich op de dag zelf vóór 10.00 uur aanmelden.
De kosten variëren tussen € 1,00 en € 5,00.
www.facebook.com/KwintesACleeuwenart

12.00 – 14.00 uur

Verbind, zwem en geniet | Dronten

De Kemenade - Oude Dronterweg 3 - Dronten
Stap bij De Kemenade in heerlijk verwarmd zwembadwater van 32 graden om bijvoorbeeld baantjes te trekken. Deze zwemsessies zijn niet alleen een geweldige oefening, maar het is ook een kans om nieuwe mensen te ontmoeten.
Kosten € 5,00
Aanmelden via zwemmen@dekemenade.nl

13:00 – 16:30 uur

Dag van de Ouderen | Dronten

De Meerpaal - De Rede 80 - Dronten



Op 4 oktober wordt er een feestje van de Dag van de Ouderen gemaakt. Op de Informatiemarkt is er veel informatie te verzamelen over activiteiten in Biddinghuizen, Dronten en Swifterbant. En dan kunnen ook nog de voetjes van de vloer. Kom naar De Meerpaal, want dit wil je niet missen.

13.30 – 16.00 uur

Bridge | Biddinghuizen

MFC De Binding - Akkerhof 3a - Biddinghuizen
Ben je gek op bridge? Dan kun je recreatief meespelen in Biddinghuizen. Ga jij de uitdaging aan?
Kosten deelname: € 1,00
Aanmelden bij Ria van der Horst,
0321 319 370

13.30 – 16.30 uur

Open inloop | Swifterbant

De Steiger - Heraldiek 2a - Swifterbant
Tijdens de Open Inloop kun je deelnemen aan verschillende spellen, zoals klaverjassen, rummikub, sjoelen en dammen. Maar je bent ook van harte welkom voor een kopje koffie of thee.
Deelname is gratis.
Aanmelden: Atti van de Klooster,
0321 322 039 of attivdklooster@gmail.com

13.30 – 16.30 uur

Fietsclub 50+ | Swifterbant

De Abelen - Noordhoren 32 - Swifterbant
Wekelijks wordt er een afwisselende route (ca. 30 km.) gefietst. Onderweg wordt de zelf meegebrachte koffie opgedronken op een mooie locatie.
Deelname is gratis.
Aanmelden bij Frans Wientjes via frans.wientjes5@gmail.com of 06 24 97 88 28

13.30 – 16.45 uur

Schaak-inloop | Dronten

Flevomeerbibliotheek - De Rede 80 - Dronten
Tijdens de schaak-inloop kun je kennismaken met het schaakspel. Stap voor stap wordt je, onder deskundige begeleiding, het spel geleerd.
Deelname is gratis. Aanmelden is niet nodig.

14.00 – 16.00 uur

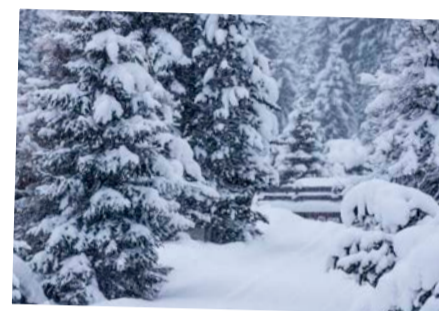
Bibliolab – 3D printen | Dronten

Flevomeerbibliotheek - De Rede 80 - Dronten
Jong en oud is welkom om de mooiste creaties te maken of om meer te leren over de mogelijkheden van het 3D-printen.
Deelname is gratis. Aanmelden is niet nodig.

14.00 – 16.00 uur

Winters schilderij maken | Dronten

Reaal - Muntmeesterdreef 2 - Dronten



Hoe leuk is het om een schilderij te maken van dat mooie en koude seizoen. We printen verschillende afbeeldingen die te maken hebben met de winter en trekken deze met carbonpapier over. Zo ga je met jouw eigen gemaakte schilderij naar huis.
Deelname is gratis, aanmelden via events@lwpc.nl of 088-7878988

14.30 – 15.30 uur

Wandelpraatje | Dronten

Wisentbos - Wisentweg 10 - Dronten
Voor mensen die behoefte hebben aan een wandeling waarbij een praatje gemaakt en nieuwe contacten gelegd worden. Wandelen gedurende 45-60 min (3 á 4 km)
Deelname is gratis.
Aanmelden en vragen:
Hilde Kraaijeveld via 06 83 81 11 68 of humanitasdronten@infracom.info

15.00 – 16.00 uur

Afhaalmaaltijden Hogerhuis | Dronten

AC Leeuwen'art - Hogerhuis 10 - Dronten
De werkbegeleider van het Activiteiten Centrum(AC) kookt samen met dagbesteders iedere vrijdag een heerlijke maar vooral gezonde maaltijd. Toetje inbegrepen. Maaltijden worden iedere maandag geplaatst op de Facebook pagina van AC Leeuwen'art. (Kwintes) cliënten van het AC en bewoners omgeving Dronten kunnen vrijdag vóór 10.00 uur hun maaltijd bestellen en tussen 15.00-16.00 uur komen ophalen.
Kosten: € 4,00
www.facebook.com/KwintesACleeuwenart

19.30 – 22.00 uur

Bridgecursus (2-jarig) voor beginners | Dronten

Welzijn de Meerpaal - de Rede 80 - Dronten
Onder leiding van ervaren brigdedocenten leer je in 20 lessen de fijne kneepjes van deze fascinerende sport.
Kosten: € 66,00 voor 20 lessen.
Aanmelden: activiteiten@meerpaal.nl of via het Serviceplein De Meerpaal, 0321 388 777.