



KVG Dongen
www.kvgdongen.nl

VOORJAAR 2023

Beste KVG leden,

Het is nu nog koud en donker als u deze brief leest en moet het jaar 2022 nog afgesloten worden. Een moeilijk jaar met een verschrikkelijke oorlog in Oekraïne en bij ons onzekere tijden vanwege de energiecrisis. Laten we hopen dat met 2023 betere tijden aanbreken.

Wij zijn, als bestuur van het KVG, in ieder geval hard bezig geweest om u een gevarieerd programma aan te bieden voor de eerste helft van 2023. Ik licht een tipje van de sluier op: natuurlijk hebben we de vertrouwde activiteiten, zoals jeu de boules, bowlen, leesgroepen en wandelen. Vanwege groot succes is er weer een kookworkshop door Mark's Passie. Daarnaast gaat hij een kookcursus geven van 3 middagen, waarbij het accent ligt op het maken van kleine, gezonde gerechtjes voor 1 of 2 personen. Verder kunt u zich weer aanmelden voor verschillende lezingen en excursies. Ook is er een verwendag in het Cambreur gepland. U ziet, genoeg aanbod, zodat u in aangenaam gezelschap kunt genieten van de verschillende activiteiten.

Ook willen we u uitnodigen voor de Nieuwjaarsborrel op 10 januari en de Algemene Leden Vergadering op 28 februari.

Hartelijke groet,

Hanneke Steen
Voorzitter KVG

SAMENSTELLING BESTUUR:

Voorzitter:	Hanneke Steen voorzitter@kvgdongen.nl
Vice-voorzitter:	Inez Plompen administratie@kvgdongen.nl
Secretaris:	Truus Heesbeen secretaris@kvgdongen.nl
Penningmeester:	Marianne Lente penningmeester@kvgdongen.nl
Ledenadministratie:	Truus Heesbeen ledenadmin@kvgdongen.nl
Activiteiten organisatie:	Dorothee Oosterhuis activiteiten@kvgdongen.nl
Activiteiten administratie:	Inez Plompen administratie@kvgdongen.nl
Webmaster:	Marianne Lente web@kvgdongen.nl
Bestuurslid:	Lia van Baar bestuurslid@kvgdongen.nl

ACTIVITEITEN-PROGRAMMA

VOORJAAR 2023

Dinsdag 10 januari 2023

Act. nr. 2300 - Nieuwjaarsborrel

Met plezier nodigt het bestuur van het KVG u uit voor de Nieuwjaarsborrel op dinsdag 10 januari van 15:00 - 17:00 uur in de Cammeleur.

We willen wel graag dat u zich inschrijft tot **uiterlijk 3 januari** via de website als u van plan bent om te komen. Aan deze bijeenkomst zijn geen kosten verbonden.

We hopen dat u in groten getale komt om elkaar een goed 2023 toe te wensen.

Datum: 10-01-2023
Plaats: De Cammeleur
Tijd: 15:00 uur
Contact: Dorothee Oosterhuis tel. 06 48262006
Hanneke Steen tel. 06 49919724
Kosten: geen
Opgave vóór: 3 januari

Woensdag 18 januari 2023

Act. nr. 2301 - Bezoek aan Schoenenkwartier en Sint Jan de Doper in Waalwijk

Ben je gek van schoenen? Dan mag je een bezoek aan het in 2022 geopende Schoenenkwartier in Waalwijk niet missen! Dit bevindt zich in de westvleugel van het rijksmonument Krophollercomplex. Sinds ongeveer 1750 is Waalwijk het centrum van de Nederlandse leer- en schoenenindustrie. In het nieuwe schoenenmuseum bieden stijlkamers naast een blik op het verleden ook een kijkje in de actualiteit.

Met zijn negentien koperen koepels en de lange slanke klokkentoren domineert de rooms-katholieke Sint Jan de skyline van Waalwijk. Het interieur van deze kerk is indrukwekkend. De grote koepel met de prachtige glas-in-loodramen staat als een kroon op de kerk. Kom haar verborgen schatten ontdekken.

Programma:

We vertrekken om 10.00 uur per auto naar Waalwijk waar we eerst het schoenenmuseum bezoeken. Bij aankomst drinken we een kop koffie of thee, en om 11.00 uur worden we opgewacht door de gids, die ons alles gaat vertellen wat we moeten weten over schoenen. De rondleiding zal anderhalf uur duren. Daarna gaan we rond 13.00 uur lunchen (op eigen kosten) bij Brownies en Downies, op loopafstand van het museum. Na de lunch gaan we naar St. Jan de Doper, ook op loopafstand, waar we om 14.00 uur een rondleiding zullen krijgen van ongeveer een uur.

Het belooft een interessante en leuke dag te worden.

Minimum aantal deelnemers 10, maximum is 15.

Bij meer belangstelling maken we een wachtlijst; dit i.v.m. 2^e gids.

Datum: 18-01-2023
Vertrek: verzamelen 09:45 uur op het Wilhelminaplein, vertrek 10:00 uur naar Waalwijk
Contact: Dorothee Oosterhuis tel. 06 48262006
Hanneke Steen tel. 06 49919724
Kosten: € 13,25 incl. koffie/thee bij aankomst
€ 3,40 p/p voor vervoer en parkeren; graag gepast betalen aan de chauffeur
Entree museum gratis met museumkaart, anderen betalen € 12,50
Wilt u rijden?: ja/nee
Opgave vóór: 10 januari
Betaling: meteen na ontvangst factuur

Dinsdag 24 januari 2023

Act. nr. 2302- Bowlen bij Merlijn in Oosterhout.

Voor onze bowlingliefhebbers hebben wij op dinsdag 24 januari 2023 twee banen gereserveerd bij Merlijn in Oosterhout, van 14:00 tot 15:00 uur. Vervoer hier naar toe regelt uzelf. Zorg er wel voor dat u op tijd aanwezig bent. U kunt tevoren aan de balie bij Merlijn de bowlingschoenen met uw juiste schoenmaat ophalen.

Voor 2 banen minimum deelnemers 12 en maximum 14. Voor 1 baan de helft.

Datum: 24-01-2023
Plaats: Bowling Merlijn, Klappeijstraat 8, Oosterhout
Vervoer: Op eigen gelegenheid
Tijd: 14:00 uur, uiterlijk 13:45 uur aanwezig zijn
Contact: Dorothee Oosterhuis 06 48262006
Kosten: € 5,00 (Consumpties komen voor eigen rekening)
Opgave vóór: 10 januari
Betaling: meteen nà ontvangst factuur

Woensdag 1 februari 2023

Act. nr. 2303 - Goede doelen-middag met snert.

We gaan voor een wereld zonder armoede. Een utopie?

U kunt wel uw steentje bijdragen. Op deze middag willen wij aandacht besteden aan dit onderwerp.

Dhr. H. Broeders vertelt u over het project Arm in Arm. De doelstelling van het project is armoedebestrijding in Dongen. Arm in Arm is een interkerkelijke werkgroep waarin diverse kerkgemeenschappen participeren.

Zij voelen zich betrokken bij de maatschappelijke problemen van mensen die behoren tot de arme kant van de samenleving.

En houdt u van snert?

Dan wordt u deze middag op uw wenken bediend met vooraf een heerlijke kop snert, met brood en spek.

Introducees zijn van harte welkom.

Minimaal 25 inschrijvingen

Datum: 01-02-2023
Plaats: „De Ontmoeting”, Kerkstraat 52 N
Tijd: 12:30 - 15:00 uur
Contact: Inez Plompen tel. 06 10487238
Kosten leden: € 6,25
Kosten niet leden: € 8,00
Opgave vóór: 20 januari
Betaling: meteen nà ontvangst factuur - Introducees aanmelden via lid.

Woensdag 8 februari 2023

Act. nr. 2304 - Lezing Remedica: Digitalisering van de zorg.

Deze lezing gaat over alle ontwikkelingen waarbij de mens meer en meer vervangen wordt door de computer en het internet. **Niet** voor iedereen en met name voor de meeste ouderen is dat een gunstige ontwikkeling. Veel ouderen voelen zich aan de kant gezet omdat er voor hen niet de moeite is genomen om het begrijpelijk te houden. Daardoor lopen veel mensen goede zorg mis en/of haken ze af.

Is er nog tijd voor een goed gesprek met de huisarts? Waar is sowieso het menselijk contact in de zorg? Waar gaat dit alles naar toe?

Remedica is een organisatie die lezingen verzorgt en ons inzicht kan geven hoe en waar we met bepaalde zorg-vragen naar toe moeten. Het eerste deel bestaat uit informatie, na de pauze kan ingegaan worden op vragen over specifieke onderwerpen uit de ouderen-zorg.

Wij nodigen u van harte uit om iemand mee te nemen naar deze lezing. Uw zoon/dochter, buurvrouw enz. is zeker welkom. Vier oren horen meer dan twee en het onthouden van informatie door meerdere personen is ook altijd handig.

Introducees zijn welkom.

Minimum aantal deelnemers 20

Datum: 08-02-2023
Plaats: De Cammeleur
Tijd: 19:30 uur
Contact: Truus Heesbeen *tel. 06 40157626*
Kosten: € 3,50 voor leden
€ 5,00 voor niet leden
Opgave vóór: **1 februari**
Betaling: **meteen na ontvangst factuur - Introducees aanmelden via lid.**

Maandag 13 februari 2023

Act. nr. 2305 - Verwendag op het Cambreurcollege

Op maandag 13 februari is het weer "Verwendag" op het Cambreurcollege. Het programma houdt in grote lijnen het volgende in:

1. ontvangst koffie met iets lekkers;
2. workshop koken, 10-12 gasten samen met leerlingen;
3. workshop handverzorging, 10-12 gasten samen met leerlingen.

Daarna gezamenlijke lunch en wisselen van workshops. De verwendag wordt afgesloten met een glaasje fris.

Maximum aantal deelnemers is 24.

Datum: 13-02-2023
Plaats: Cambreurcollege, Mgr. Schaepmanlaan 2 (vroegere huishoudschool)
Tijd: 10:00 tot ca.15:00 uur
Contact: Dorothee Oosterhuis *06 48262006*
Kosten: € 7,50
Opgave vóór: **1 februari**
Betaling: **meteen na ontvangst factuur**

Dinsdag 28 februari 2023

Act. nr. 2306 - Algemene Leden Vergadering

De uitnodiging, agenda en financieel jaaroverzicht van de A.L.V. ontvangt u in januari in uw mailbox of brievenbus.

U dient zich uiterlijk vóór 21 februari aan te melden op de website van het KVG, zodat we weten hoeveel leden er komen.

Na het formele gedeelte van de vergadering is een nazit gepland met een drankje en een hapje om gezellig bij te praten.

Wij hopen een groot deel van de leden te mogen verwelkomen.

Datum: 28-02-2023
Plaats: De Cammeleur
Tijd: 14:00 - 16:00 uur
Kosten: geen
Opgave vóór: **Uiterlijk 21 februari !**

Donderdag 2 maart, 13 april en 11 mei 2023

Act. nr. 2307 - Kookcursus: 'duurzaam koken voor 1 en/of 2 personen'

In de supermarkt wordt vaak voedsel aangeboden in (te) grote hoeveelheden. Hiermee weet je niet altijd raad als je kookt voor 1 of 2 personen. Ons heeft, uit de vereniging, het verzoek bereikt met dit 'probleem' iets te doen. We hebben met deskundige inbreng van Mark en Suzan van Mark's Passie een 'cursus' samengesteld hoe om te gaan met duurzaam en toch lekker koken.

Hoe, wat, hoelang en waar kun je verantwoord voedsel bewaren als je niet alles in je maaltijd hebt kunnen verwerken. In 3 dagdelen gaan we van Mark leren hoe we lekker kunnen koken en geen of weinig voedsel verspillen. De dagdelen zijn gepland op de donderdagmiddagen.

In deze 3 dagdelen leren wij van Mark hoe duurzaam we kunnen koken, d.w.z. aan onze kook-kennis wordt bij elk dagdeel nog meer kennis toegevoegd. De cursus heeft een 'opbouwend' karakter.

Minimum aantal deelnemers 6, maximum 10.

Datum: 2 maart, 13 april en 11 mei
Plaats: Mark's Passie (ingang Heuvelstraat 9)
Tijd lunch: 13:30 uur - 16:00 uur
Contact: Truus Heesbeen tel. 06 40157626
Kosten: € 75,00 totale cursus
Opgave vóór: 20 februari
Betaling: meteen na ontvangst factuur

Dinsdag 21 maart 2023

Act. nr. 2308 - Lezing én film over Anton de Kom

Vraaggesprek met zijn kleindochter Thea de Kom



De vrijheidsstrijder, schrijver en verzetsman Anton de Kom (1898-1945) is de eerste Surinamer die is opgenomen in de Canon van de Nederlandse geschiedenis.

Hij is o.a. de schrijver van: 'Wij slaven van Suriname'.
Wie was Anton de Kom? Wat dreef hem?
Welke rol speelde hij in de strijd tegen het kolonialisme en tijdens het verzet in de tweede Wereldoorlog?
Wat heeft hij betekend in de strijd tegen onderdrukking en onrecht?

Vandaag leren wij aan de hand van een film-impresie Anton de Kom beter kennen: als verzetsstrijder maar ook als vader en opa.

Zijn kleindochter, Thea de Kom, is aanwezig om op uw vragen te reageren en een persoonlijke noot aan deze bijeenkomst te geven!

Introducees zijn van harte welkom.

Minimaal 20 inschrijvingen

Datum: 21-03-2023
Plaats: „De Ontmoeting”, Kerkstraat 52 N
Tijd: 14:00 - 16:30 uur
Contact: Inez Plompen tel. 06 10487238
Marga Allard (schoondochter van Judith de Kom) tel. 06 31949841
Kosten leden: € 5,00 incl. koffie/thee
Kosten niet leden: € 6,50 incl. koffie/thee
Opgave vóór: 12 maart
Betaling: meteen na ontvangst factuur - Introducees aanmelden via lid.

Dinsdag 28 maart 2023

Act. nr. 2309 - Kookworkshop LUNCH

Act. nr. 2310 - Kookworkshop DINER

Het blijkt een groot succes te zijn de kookworkshops bij Mark's Passie. Reden om dit onderdeel opnieuw op te nemen in ons programma. Het was heel gezellig samen koken en eten en de begeleiding van Mark heeft zijn vruchten afgeworpen. We hebben een kookworkshop (lunch en diner) in het voorjaar en een in het najaar gepland. Degenen die in het voorjaar niet in de gelegenheid zijn, kunnen erop rekenen dat er een nieuwe mogelijkheid is in het najaar. Op een en dezelfde dag kun je je weer inschrijven voor of de lunch of het diner met als thema 'Pasen'. Het thema is voor de lunch en het diner hetzelfde, maar er wordt wel met andere 'materialen' gewerkt. Wij kijken er erg naar uit en wensen jullie bij voorbaat smakelijk eten.

Minimum aantal deelnemers is per keer 8, maximum per keer 16.

Datum: 28-03-2023
Plaats: Mark's Passie (ingang Heuvelstraat 9)
Tijd lunch: 10:30 uur - 13:00 uur
Tijd diner: 15:00 uur - 17:30 uur
Contact: Truus Heesbeen tel. 06 40157626
Kosten: € 22,50
Opgave vóór: 20 maart
Betaling: meteen na ontvangst factuur

Donderdag 6 april 2023

Act. nr. 2311 - Lezing de Luisterlijn (voorheen Sensor)

Deze lezing was al in 2020 gepland en nu komt het er echt van. Gezien er bij de Luisterlijn weinig is veranderd is de tekst, gebruikt in 2020, nog actueel.

Wat doe je als je door iemand huilend opgebeld wordt? Wat zeg je tegen iemand die al 3 dagen niemand gesproken heeft? Vrijwilligers van de Luisterlijn, locatie Tilburg, vertellen over wat zij meemaken aan de telefoon en aan de chat. Dag en nacht zijn zij bereikbaar voor een luisterend oor en een praatje en dan volledig anoniem. Iedereen heeft wel eens behoefte aan een gesprek. Toch kunnen/willen/ durven wij ons verhaal niet altijd kwijt in onze eigen omgeving. Tijdens deze interactieve avond ervaren we hoe het is om te luisteren naar het verhaal van een ander. De Luisterlijn is al meer dan 60 jaar de grootste organisatie in Nederland die anonieme hulp op afstand biedt. Er worden ruim 300.000 gesprekken per jaar gevoerd door meer dan 1200 vrijwilligers.

Introducees mogelijk.

Minimum aantal deelnemers 16, maximum 26.

Datum: 06-04-2023
Plaats: De Cammeleur
Tijd: 20:00 uur
Contact: Truus Heesbeen tel. 06 40157626
Kosten: € 5,00 voor leden
€ 6,50 voor niet leden
Opgave vóór: 15 maart
Betaling: meteen na ontvangst factuur - Introducees aanmelden via lid.

Woensdag 12 april 2023

Act. nr. 2312 - Gidswandeling de Dullaart.

Vandaag gaat de wandeling met onze gids door het natuurgebied Langstraat tussen Waalwijk en Waspik, dat ligt op de overgang van zand naar klei, de zogenoemde "Naad van Brabant". Het kenmerkende van het natuurgebied Langstraat is het Slagenlandschap met zijn lange smalle percelen die omzoomd zijn met elzenheggen. De gebieden Den Dulver, De Dullaart, De Hoven, De Dellen en het Labbegat vormen tezamen het natuurgebied Langstraat.

De Dullaart is een schitterend gebied uit het verleden, met een plantengroei om van te watertanden, zoals de Rietorchis, Welriekende nachtorchis, Beenbreek, Spaanse ruiter enz...

Meer informatie is [hier](#) te vinden

Introducé's toegestaan (ook heren)

Datum: 12-04-2023
Plaats: tegenover: Kruisvaart 2, Sprang Capelle
Aanvang: 13:30 uur met auto's vanaf het Wilhelminaplein
Contact: Berty Spruijt tel. 06 13638060
Kosten: € 3,50 (voor de gids), autovervoer (€ 1,50) en consumpties voor eigen rekening
Kosten introducé's: € 5,00
Wilt u rijden?: ja/nee
Opgave vóór: 1 april
Betaling: meteen na ontvangst factuur

Zondag 16 april 2023

Act. nr. 2313 - Strandwandeling

In 2023 gaan we weer een strandwandeling maken van Vlissingen naar Zoutelande.

Het is wel verstandig om een broodje en drinken mee te nemen voor onderweg. Het maximum aantal kilometers van de wandeling is 14. Het is ook mogelijk om vanaf het station in Vlissingen met de bus naar de Boulevard te gaan. Dan is de wandeling ongeveer 3 km korter.

Aan het eind van de middag (wordt ter plekke besproken) gaan we vanuit Zoutelande met de bus via station Middelburg weer naar huis.

Introducees zijn van harte welkom.

Datum: 16-04-2023
Vertrek: met auto's om 8:30 uur vanaf **parkeerplaats De Salamander** naar station Gilze-Rijen, daarna met de trein naar Vlissingen
Contact: Marianne Lente tel. 06 49139826
Kosten: € 1,00 p/p aan de chauffeur voor Dongen / Gilze-Rijen v.v.
Kosten treinreis en consumpties zijn voor eigen rekening.
Wilt u rijden?: ja/nee
Aanmelden vóór: 12 april - Introducees aanmelden via lid.

Dinsdag 9 mei 2023 en Woensdag 10 mei 2023

Act. nr. 2314 - Lunch bij de Rooi Pannen (dinsdag)

Act. nr. 2315 - Diner bij de Rooi Pannen (woensdag)

Ook dit voorjaar bereiden en serveren de leerlingen, die op deze school de horeca-opleiding volgen, voor ons een lekkere 3-gangen lunch en een heerlijk 3-gangen diner. Veel van onze leden hebben hier in het verleden al van genoten. We gaan op eigen gelegenheid en dat kan prima met de bus, die aan de Ringbaan West stopt. Vandaar is het nog 4 minuten lopen.

Voor de het diner wordt u om 17.15 uur en voor de lunch om 11.45 uur bij de receptie verwacht.

U kunt zich opgeven voor de lunch óf het diner, niet voor allebei.

Maximum aantal deelnemers is 30 per maaltijd.

Datum: 09-05-2023
10-05-2023

Plaats: Dr. Ahausstraat 1, Tilburg 013 5002280

Vervoer: op eigen gelegenheid

Aanvang: lunch: 12.00 uur, ontvangst 11.45 uur
diner: 17.30 uur, ontvangst 17.15 uur

Contact: Dorothee Oosterhuis 06 48262006

Kosten: 3-gangen lunch: € 12,50 excl. consumpties*
3-gangen diner: € 14,00 excl. consumpties*

Opgave vóór: 1 mei

Betaling: meteen ná ontvangst factuur

*** HET IS ALLEEN MOGELIJK OM PER TAFEL MET PIN OF CREDITCARD AF TE REKENEN.**

Bij dieetwensen graag contact opnemen met activiteiten@kvgdongen.nl of bel de contactpersoon.

Vrijdag 12 mei 2023

Act. nr. 2316 - Jeu-de-Boules met hapjes

Inmiddels is de Jeu-de-Boules-middag traditie geworden in ons programma. Je bent lekker sportief bezig, je speelt een toernooitje en er is één winnaar! Bovendien, en heel belangrijk, is het ook altijd heel gezellig. De jeu-de-boules-banen bevinden zich in de Deken Batenburgstraat, achter zwembad "De Vennen". Als u met de auto komt dan kunt u daar parkeren. Het is wenselijk om op tijd aanwezig te zijn. We kunnen altijd spelen, want zo nodig kunnen we uitwijken naar de binnenbanen. Na afloop zorgen wij voor een lekker hapje, de drankjes zijn voor eigen rekening*.

Deze middag gaat alléén door met minimaal 25 deelnemers

Datum: 12-05-2023

Plaats: Jeu-de-Boules club, Deken Batenburgstraat 2c

Tijd: 14:00 u - 17:00 u

Contact: Dorothee Oosterhuis 06 48262006

Kosten: € 10,00 (incl. hapjes, excl. consumpties*)

Opgave vóór: Uiterlijk 1 mei !

Betaling: meteen ná ontvangst factuur

*** Consumpties zijn voor eigen rekening, en betaling alleen contant.**

Bij dieetwensen graag contact opnemen met activiteiten@kvgdongen.nl of bel de contactpersoon.

Woensdag 24 mei 2023

Act. nr. 2317 - Rondleiding St. Catharinadal

Het Norbertinessenklooster Sint-Catharinadal bestaat 750 jaar en is daarmee een van de oudste geloofsgemeenschappen van ons land. Het klooster werd gesticht in Wouw, maar verhuisde al snel naar Breda wegens overstromingen in West-Brabant. Sinds 1647 wonen de Zusters Norbertinessen onafgebroken in het Slotje "De Blauwe Camer". Een mooie gelegenheid om kennis te maken met én ons rond te laten leiden in deze "parel" van Oosterhout.

De rondleiding ziet er als volgt uit:

- * de gids leidt u rond in het Slotje "De Blauwe Camer".
- * u bezoekt de wijngaard en de moes-, kruiden- en bijentuin,
- * er is een pauze met koffie of thee
- * de rondleiding eindigt om 16:50 uur en bent u in de gelegenheid om de vesper bij te wonen, die om 17:00 uur begint in de kloosterkerk. Deze dienst duurt ongeveer 25 min.
De zusters stellen uw aanwezigheid zeer op prijs.
- * Na de vesper wordt het programma afgesloten met een glas wijn (of frisdrank) in de poorttuin en kunt u de kloosterwinkel bezoeken.

Minimaal 25 inschrijvingen

Datum: 24-05-2023
Plaats: St. Catharinadal, Kloosterdreef 3, Oosterhout
Tijd: 14:30 - ca. 17:00 uur
Contact: Inez Plompen *tel. 06 10487238*
Kosten: € 12,50
Opgave vóór: **15 mei**
Betaling: **meteen na ontvangst factuur**

VASTE ACTIVITEITEN

VOORJAAR 2023

Act. nr. 2391 - Top Tien

Act. nr. 2392 - De Boekenwurmen

Leesgroepen **Top Tien** en **De Boekenwurmen** komen dit voorjaar 5 keer, op elke derde donderdag van de maand, bij elkaar om per groep een gezamenlijk gelezen boek te bespreken. Indien u belangstelling heeft voor de leesgroepen kunt u zich inschrijven via de contactpersonen.

Minimaal 8, maximaal 10 deelnemers. Er zijn nog plaatsen vrij bij De Boekenwurmen.

Datums: 19 januari, 16 februari, 16 maart, 20 april en 25 mei (ivm Hemelvaart)

Tijd: 13:30 - 16:00 uur

Leesgroep **Top Tien**

Plaats: De Cammeleur, zaal 10

Contact: Nelleke Smans tel. 0162 319779

Leesgroep **De Boekenwurmen**

Plaats: De Cammeleur, zaal 11

Contact: Inez Plompen tel. 06 10487238

Kosten: € 21,70

Opgave vóór: 10 januari

Betaling: meteen na ontvangst factuur

Act. nr. 2393 - Mandala

Een heerlijke ontspannende bezigheid, je gedachten kunnen de vrije loop nemen waardoor de creativiteit ten volle wordt benut. In de techniek wordt geen les gegeven. Luisterend naar mooie achtergrondmuziek kunnen we ook onze ervaringen met elkaar delen. Mandala's tekenen of inkleuren kunt u met uw eigen meegebrachte materiaal. Er zijn dames die een Zentangle tekenen. Iedere laatste maandag van de maand.

Maximaal 15 deelnemers. Er zijn nog meerdere plaatsen vrij.

Datums: 30 januari, 27 februari, 27 maart, 24 april, 22 mei (ivm Pinksteren)

Plaats: De Cammeleur, zaal 6

Tijd: van 13:30 tot 15:30 uur

Contact: Ellie Hamelinck tel. 0162 316821

Kosten: € 8,50

Opgave vóór: 15 januari

Betaling: meteen na ontvangst factuur

Lange Afstand Wandeling

Winterwandelingen en Biesboschpad

Eén zaterdag in de maand wandelen wij een LAW.

Waarschijnlijk gaan we in het voorjaar starten met de Lange Afstand Wandeling Biesboschpad; rondwandeling van 169 km. lang en beginnend en eindigend in Geertruidenberg.

In de wintermaanden plannen we een wandeling in de directe omgeving, vanwege het weer en de korte dagen. Het aantal kilometers wandelen per keer ligt tussen 15 en 20 km.

We reizen als het mogelijk is met openbaar vervoer. Goede schoenen en kleding, voldoende eten en drinken, is belangrijk. We gaan meestal samen hapje warm eten, voordat we 's-avonds terugreizen naar huis.

Wilt u graag mee wandelen, dan kunt u voor informatie terecht bij de contactpersoon.

Datums zaterdag: 14 januari, 11 februari, 18 maart, 22 april, 20 mei, 17 juni, 15 juli en 19 augustus
Contact: Corry Meijs tel. 06 10385038 corrymeijs@home.nl

Stamtafel

Iedere vierde donderdag van de maand vanaf 14.00 uur "Stamtafel" in het Grand Café van de Cammeleur. Het doel ervan is elkaar ontmoeten, met elkaar "bij"praten in een ongedwongen sfeer. Ieder KVG-lid dat zin heeft om te komen is van harte welkom. Consumpties zijn voor eigen rekening.

Voor de stamtafel hoeft u zich niet aan te melden!

Datums: 26 januari, 23 februari, 23 maart en 25 mei
Plaats: De Cammeleur - Grand Café
Aanvang: Inloop tussen 14:00 en 15:00 uur
Contact: Dorothee Oosterhuis tel. 06 48262006

Stevig stappen

Om de twee weken op vrijdagmorgen, lopen enthousiaste wandelaars zo'n 13 tot 15 kilometer. Onderweg is er een pauze om koffie of thee te drinken, uiteraard voor eigen rekening. Houdt u ervan om een stevige wandeling te maken, gezellig samen met anderen? Dan kunt u gewoon aansluiten op de hieronder vermelde data. Het is de vrijdagmorgen in **ONEVEN** weken.

Voor stevig stappen hoeft u zich niet aan te melden!

Datums: 6 en 20 januari, 3 en 17 februari, 3, 17 en 31 maart (met lunch), 14 en 28 april, 12 en 26 mei, 9 en 23 juni, 7 en 21 juli, 4 en 18 augustus, 1, 15 en 29 september
Plaats: De Cammeleur
Vertrek: 09:00 uur, terug om 12:00 à 12:15 uur
Contact: Imma Aarts tel. 06 20513510 / 0162 314223

Nordic Walking / wandelen

Elke vrijdagmorgen gaan er een aantal dames in de Duiventoren op pad om te "nordic walken". Beoefent u deze sport ook graag? Dan kunt u gewoon aansluiten bij deze enthousiaste groep, maar breng wel uw eigen poles mee. Er wordt echter géén les gegeven. U kunt ook aansluiten om gewoon mee te wandelen. Onderweg is er een pauze om een kop koffie of thee te drinken, uiteraard voor eigen rekening. Wij zouden graag zien, dat meer mensen zich aansluiten om op deze manier te sporten. Misschien iets voor U?

Voor Nordic Walking hoeft u zich niet aan te melden!

Datums: elke vrijdagmorgen
Plaats: De Duiventoren; start bij 'grijze fiets'
Vertrek: 09:30 uur, terug om ongeveer 11.30 uur
Contact: Nel Verkooijen tel. 0162 319029
Leontine van Erven tel. 0162 315003