

Samen lunchen en bewegen !!

Sport- en Zorgatelier Oisterwijk en Stichting Oisterwijk Centraal koppelen activiteiten.

Sport- en Zorgatelier Oisterwijk verzorgd elke woensdagmiddag een beweegles voor 55 plussers op basisschool de Tovervogel. Er zijn twee structurele beweeggroepen (max. 15 personen per groep).

Beweeggroep 1: 13:00 - 14:00 uur.

Beweeggroep 2: 14:00 - 15:00 uur.

Stichting Oisterwijk Centraal verzorgd op dezelfde locatie 1 keer in de maand een Aanschuifafel gevolgd een workshop waar zowel kinderen als volwassenen kunnen aanschuiven.

De 55 plussers die meedoen aan de beweeglessen krijgen nu de mogelijkheid om voordien ook aan te sluiten bij de Aanschuifafel.

De Aanschuifafel is bedoeld om mensen, jong en oud, de gelegenheid te geven om niet alleen thuis te hoeven lunchen, maar gezellig met elkaar. Samen eten, een praatje maken, nieuwtjes uitwisselen en nieuwe contacten leggen onder het genot van een kleine lunch met koffie/thee. Dieetwensen zijn uiteraard bespreekbaar.

Lunch 12.30 – 13.00 uur.

Workshop 13.00 – 15.00 uur.

Voor deelname aan de lunch inclusief workshop of beweegles wordt een bijdrage in de kosten gevraagd van € 3,50.

De bijdrage voor deelnemers met een lidmaatschapskaart van de beweegles is € 1,50.

Bent u afhankelijk van vervoer, bel dan met Mentorhulp Oisterwijk en dit wordt geregeld: 06-51766018.

De Aanschuifafel is mede mogelijk gemaakt door een bijdrage van de gemeente Oisterwijk en de provincie Noord-Brabant.