



Winterschool 2024



ANDERS BEZIG ZIJN



Winterschool 2024

We nodigen je van harte uit voor de Winterschool. Een gevarieerd programma met zowel sportieve-, creatieve-, muzikale- en educatieve activiteiten in Vught, Cromvoirt en Helvoirt. Je bent meer dan welkom!

Inschrijven via de website

Je gaat naar www.abzvught.nl - klikt de tegel 'Winterschool' aan. Je maakt een keuze uit de activiteiten (max. 4 per persoon) en daarna betaal je met iDEAL. Inschrijven is voor één persoon tegelijk mogelijk, d.w.z. als je met z'n tweeën voor dezelfde activiteit wilt inschrijven, zijn dit twee aparte inschrijvingen.

Je ontvangt bij inschrijving via de website direct een bericht dat je inschrijving is ontvangen. Na betaling online is je inschrijving definitief. Inschrijven betekent dat je deelneemt. Bij verhindering wordt er géén geld teruggestort.

Indien een activiteit is volgeboekt of vervalt door te weinig inschrijvingen dan ontvang je telefonisch of per e-mail een bericht van ons. In dit geval vervalt de deelnemersbijdrage en wordt het geld wel teruggestort.

Inschrijven via de website is mogelijk vanaf 11 december 2023.

Inschrijven met hulp bij ABZ

Ben je niet digitaal vaardig of kun je niet digitaal betalen dan kunnen medewerkers van ABZ je helpen.

Wij vullen de inschrijving samen met je in. Het is noodzakelijk dat je je bankpasje meebrengt, zodat we het juiste rekeningnummer kunnen invoeren.

In het programmaboekje staat bij je activiteit de locatie en het tijdstip van aanvang aangegeven. Noteer deze bij aanmelding meteen in je agenda.

Samen rijden

Bij de activiteit van zondag 28 januari wordt er gezamenlijk naar de beugelbaan in Olland gereden. Stuur een mail naar info@abzvught.nl als je chauffeur bent of mee wilt rijden. Chauffeurs dienen een inzittendenverzekering te hebben. Als je meerijdt worden de kosten gedeeld. In totaal ontvangt de chauffeur € 0,20 per kilometer. Graag direct contant met de chauffeur afrekenen.

Tip: Bewaar het programmaboekje! Meer informatie kijk op www.ouderensamen.nl of www.abzvught.nl.

ABZ is voor vragen bereikbaar via info@abzvught.nl en 073 - 657 2000 (ma. t/m do. van 9.00 - 12.30 uur).

Geen vervoer? Bel voor de mogelijkheden naar:

Seniorenbus Vught 073 - 711 31 91

ma. t/m vr. 9.00 - 12.30 uur

ANWB AutoMaatje 073 - 30 35 860

ma. t/m do. 9.00 - 12.30 uur



Graag tot ziens bij de Winterschool!

Ouderen Samen en **ABZ**



<p>Labyrint van Vught door Judtih Abels en Jente Lens Swanenberg</p> <p>Soms zijn verhalen zo vanzelfsprekend of uniek, dat je er amper bij stilstaat om ze door te geven. We gaan een herinnering, een verhaal, een anekdote vertellen en op textiel verbeelden. Verhalen die gezamenlijk een labyrint gaan vormen en die samen weer stof tot nadenken geven. Materialen en verschillende technieken zijn aanwezig. Woensdag 7 februari kun je verder werken aan je verhaal, graag aanmelden.</p>	<p>2401</p> <p>Zondag 14 januari</p> <p>13.30 – 15.30u</p> <p>Gratis</p> <p>DePetrus Heuvel 2 5261 EE Vught</p> <p>Koffie/thee is op eigen kosten</p>
<p>Film "C'est la vie" met buffet</p> <p>Door de regisseur van Intouchables is deze Franse bruiloft met allerlei strubbelingen mooi in beeld gebracht. Het is topkomedie. Na afloop samen genieten van een heerlijk winters buffet.</p>	<p>2402</p> <p>Zondag 14 januari</p> <p>14.30 – 19.00u</p> <p>€ 15,00</p> <p>De Rode Rik Van Sonstraat 49 5262 HX Vught</p> <p>Fris/drankje is op eigen kosten</p>
<p>Wandeling door Vught met oude foto's</p> <p>Aan de hand van oude foto's neemt Loek van der Heijden ons mee op een prachtige wandeling door het centrum van Vught. De wandeling is ongeveer 6,5 km lang en is niet geschikt voor rollators.</p>	<p>2403</p> <p>Dinsdag 16 januari</p> <p>13.30-15.30u</p> <p>€ 2,50</p> <p>Verzamelen</p>

	DePetrus Heuvel 2 5261 EE Vught
<p>Stamboom onderzoek</p> <p>Door Ton Husson</p> <p>Tegenwoordig begint stamboomonderzoek thuis. Als eerste verzamel je gegevens van je ouders en grootouders om vervolgens deze te rangschikken. Via je eigen computer kun je met behulp van internet al een begin maken. Ton laat je kennismaken met het starten van je eigen stamboomonderzoek.</p>	<p>2404</p> <p>Woensdag 17 januari</p> <p>14.00 – 16.00u</p> <p>€ 4,50</p> <p>DePetrus Heuvel 2 5261 EE Vught</p>
<p>Bezoek Cor Unum</p> <p>Van klei naar een designcollectie. Volg het proces bij Cor Unum. Na afloop drinken we koffie bij Buurt in Den Bosch.</p>	<p>2405</p> <p>Donderdag 18 januari</p> <p>10.30 – 13.00u</p> <p>€ 14,00</p> <p>Cor Unum Vughterstraat 270 5211 GR Den Bosch</p>
<p>Voederplank maken</p> <p>We gaan bij de “Scheve Schup” een mooie winterse voederplank maken van een boomschijf.</p>	<p>2406</p> <p>Donderdag 18 januari</p> <p>14.00 – 16.00u</p> <p>€ 6,50</p> <p>Scheve Schup Landgoed Haanwijk</p>

	Naast Venstraat 5 Haanwijk
<p>Creatief met glaskralen</p> <p>Deze middag ga je aan de slag met glaskralen. Hiervan kun je een mooie raamhanger maken in de vorm van een cirkel of een hart. Heel mooi als de zon met de kleuren gaat "spelen".</p>	<p>2407</p> <p>Vrijdag 19 januari 14.00 – 16.00u € 7,50</p> <p>DePetrus Heuvel 2 5261 EE Vught</p>
<p>Rondleiding DePetrus</p> <p>Een kerk bezoeken ver van huis? Vaak wel, op vakantie.</p> <p>Nu hetzelfde vakantiegevoel dicht bij huis. Alleen, komt het er vaak niet van. Dus grijp je kans.</p> <p>Sluit je aan voor de rondleiding met interessante uitleg over DePetrus.</p>	<p>2408</p> <p>Zaterdag 20 januari</p> <p>14.00 – 16.00u € 7,50</p> <p>DePetrus Heuvel 2 5261 EE Vught</p>
<p>Smartphone fotoworkshop</p> <p>Je leert de camera van je smartphone beter kennen. Welke functies zitten erop en hoe gebruik je die? Hoe kun je beter scherpstellen en de belichting regelen? Je krijgt uitleg over de instellingen om betere foto's met je smartphone te maken.</p> <p>Tijdens de workshop gaan we aan de slag in DePetrus!</p>	<p>2409</p> <p>Maandag 22 januari</p> <p>10.00 -12.00u € 8,00</p> <p>DePetrus Heuvel 2 5261 EE Vught</p>
<p>Hersenkrakers</p> <p>Op veler verzoek weer een editie van de quiz om de geest fit te houden. We</p>	<p>2410</p> <p>Dinsdag 23 januari</p> <p>10.00 – 12.00u</p>

<p>spelen in teamverband dus meld je aan voor het winnende team.</p>	<p>€ 3,00 DePetrus Heuvel 2 5261 EE Vught</p>
<p>Schilderworkshop</p> <p>Aan de hand van een leuke opdracht maken we een combinatie van collage en schilderwerk. Zelf meenemen als je het hebt: kwasten, verf en een interieurtijdschrift.</p>	<p>2411</p> <p>Dinsdag 23 januari 13.30 – 16.00u € 6,00 DePetrus Heuvel 2 5261 EE Vught</p>
<p>Workshop gedichten schrijven</p> <p>We gaan aan de slag met korte gedichtvormen, zoals een haiku, een limerick of een naamdicht. We bekijken eerst een aantal voorbeelden. In de tweede helft van de workshop gaan we zelf aan de slag met het schrijven van gedichten. Met wat eenvoudige aanwijzingen kom je tot een verrassend resultaat.</p>	<p>2412</p> <p>Woensdag 24 januari 14.00 – 15.30u € 4,50 DePetrus Heuvel 2 5261 EE Vught</p>
<p>Kinderstoeltje maken</p> <p>Samen met Jan Vugts gaan we in de houtwerkplaats een mooi kinderstoeltje maken.</p>	<p>2413</p> <p>Donderdag 25 januari 13.00 – 16.30u € 20,00 Reinier van Arkel Gebouw de Weverij Watertorenlaan 14, 5261 LW Vught</p>

<p>Het centrum van Vught van weleer in beeld.</p> <p>Hoe zag Vught er ook al weer uit in onze jeugd? Ron Jasker heeft oude gebouwen en huizen weer zichtbaar gemaakt. Fijne jeugdherinneringen.</p>	<p>2414</p> <p>Donderdag 25 januari 14.00-16.00u</p> <p>€ 3,50</p> <p>DePetrus Heuvel 2 5261 EE Vught</p>
<p>Workshop Ukrainian Dolls</p> <p>Tatiana gaat samen met jullie een mooi Oekraïens popje maken. Met typische stoffen uit Oekraïne.</p>	<p>2415</p> <p>Vrijdag 26 januari 10.00-12.00</p> <p>€ 15,00</p> <p>DePetrus Heuvel 2 5261 EE Vught</p>
<p>Beugelen</p> <p>Beugelen is een binnensport en geschikt voor alle leeftijden. Met een houten schop ga je proberen om een zware bal door de ring in het midden van de baan te laten rollen. Eerst even oefenen en als je het doorhebt kan het spel beginnen. Je speelt samen met een partner tegen een ander team. Er zijn 2 consumpties inbegrepen.</p>	<p>2416</p> <p>Zondag 28 januari 14.00-16.00u</p> <p>€ 9,00</p> <p>Beugelbaan "De Lustige Spelers" De Misse 7 5491 XM Olland</p> <p>Vertrek en aankomst station Vught.</p> <p>We gaan samen rijden. Zie blz. 2 "Samen rijden".</p>

<p>Korte wandeling Reeburgpark</p> <p>We kijken naar de beeldpresentatie over het kunstproject "Mijlpaal 2000"</p> <p>Daarna volgt een korte wandeling naar het park en gaan we de kunstpalen met eigen ogen bekijken. Deze wandeling is ook geschikt voor mensen met een rollator.</p>	<p>2417</p> <p>Maandag 29 januari 14.00 – 16.00u € 7,00</p> <p>DePetrus Heuvel 2 5261 EE Vught</p>
<p>Een winterse kijkdoos maken samen met je (bonus) kleinkind</p> <p>Maak samen met je (bonus) kleinkind een mooie winterse kijkdoos.</p> <p>Knutselmaterialen zijn aanwezig. Heb je nog een mooie (schoenen)doos? Neem die dan mee.</p>	<p>2418</p> <p>Dinsdag 30 januari 14.30 – 16.30u € 5,00</p> <p>DePetrus Heuvel 2 5261 EE Vught</p>
<p>Fotografie-workshop</p> <p>Heb je een mooie camera maar maak je foto's met je telefoon? Weet je niet hoe je mooiere foto's maakt met je dure camera?</p> <p>Je kunt veel leren over licht, scherptediepte en compositie tijdens deze workshop.</p> <p>Na een inleiding met voorbeeldfoto's en uitleg, gaan we buiten fotograferen. Bij terugkomst bekijken en bewerken we de gemaakte foto's. Je kunt alleen deelnemen met een camera!</p>	<p>2419</p> <p>Woensdag 31 januari 9.45 – 12.00u € 4,00</p> <p>DePetrus Heuvel 2 5261 EE Vught</p>

<p>Stampot maar dan anders</p> <p>Onder de bezielende leiding van Willem Hoeve gaan we samen heerlijke stampotten koken.</p> <p>Om ze daarna samen lekker op te eten.</p> <p>Note: fris/drankje is op eigen kosten.</p>	<p>2420</p> <p>Donderdag 1 februari 15.00 – 18.00u</p> <p>€ 15,00 Novalis Industrieweg 9c 5262 GJ Vught</p>
<p>Wandeling door Vught met oude foto's</p> <p>Aan de hand van oude foto's neemt Loek van der Heijden ons mee op een prachtige wandeling door het centrum van Vught. De wandeling is ongeveer 6,5 km lang en is niet geschikt voor rollators.</p>	<p>2421</p> <p>Vrijdag 2 februari 9.30 – 11.30u</p> <p>€ 2,50</p> <p>DePetrus Heuvel 2 5261 EE Vught</p>
<p>Kennismaken met Transcendente Meditatie</p> <p>We zijn vaak druk bezig en hebben veel aan ons hoofd. Hoe heerlijk zou het zijn om elke dag een paar momenten van diepe rust te hebben. Transcendente Meditatie is een heel gemakkelijke techniek die diepe ontspanning geeft en allerlei positieve effecten heeft in het dagelijks leven. Op deze middag hoor je daar meer over.</p> <p>Als er tijd voor is, gaan we ook nog een ontspanningsoefening doen.</p>	<p>2422</p> <p>Maandag 5 februari 14.00 – 16.00u</p> <p>€ 5,00</p> <p>DePetrus Heuvel 2 5261 EE Vught</p>

Labyrint van Vught door Judith Abels en Jente Lens Swanenberg

Soms zijn verhalen zo vanzelfsprekend of uniek, dat je er amper bij stilstaat om ze door te geven. We gaan een herinnering, een verhaal, een anekdote vertellen en op textiel verbeelden. Verhalen die gezamenlijk een labyrint gaan vormen en die samen weer stof tot nadenken geven.

Materialen en verschillende technieken zijn aanwezig.

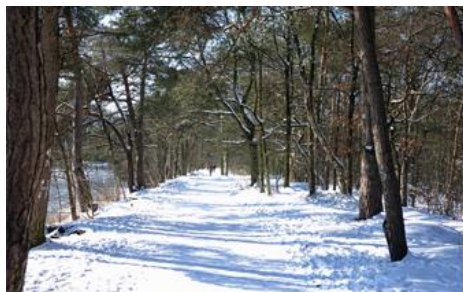
2423

Woensdag 7 februari

13.30 – 15.30u

Gratis

DePetrus
Heuvel 2
5261 EE Vught



Onze sponsoren:

[RCOAK](#)

[Heijmstichting](#)

[Stichting tot steun aan ouderen in 's-Hertogenbosch](#)

[Fonds Sluyterman van Loo](#)

Anders Bezig Zijn

Ontmoetingscentrum DePetrus

Heuvel 2

5261 EE VUGHT

ma. t/m do. 09.00 – 12.30u

Telefoon: 073-657 2000

Website: www.abzvught.nl

E-mail: info@abzvught.nl

Ouderen Samen

Postbus 2175

5260 CD VUGHT

Telefoon: 073-6565350

www.ouderensamen.nl

info@ouderensamen.nl