

Programmaboekje

Samen op stap bus

februari
2024
maart
2024



Jimmy Nelson; ode aan Nederland
Dinsdag 20 februari 2024



Dagje Oudenbosch
Zaterdag 30 maart 2024



Samen op stap bus: uitstapjes én boodschappen

In dit programmaboekje vindt u alle uitstapjes voor de komende maanden. Daarnaast rijden we een paar keer in de week naar de supermarkt (AH XL). Kosten zijn € 7,- per rit. De bus vertrekt om 13.00 uur vanaf Ter Reede om u op te komen halen. We gaan elke week op maandag, donderdag en vrijdag.

Na de boodschappen drinken we samen nog een kopje koffie bij Luncherie Extra Lekker.

Let op, u mag, i.v.m. ruimte en veiligheid in de bus, max. 2 volle tassen meenemen!

Nog even de ‘spelregels’

De Samen op stap bus is er voor alle zelfstandig wonende 55 plussers in Vlissingen en Middelburg. Elke twee maanden komt er een nieuw activiteitenprogramma uit, boordevol leuke uitjes. Als klant van de Samen op stap bus krijgt u het boekje thuisgestuurd. Als u nog geen klant bent, kunt u het boekje aanvragen via 0118 – 448 329 of per e-mail samenopstapbus@wvozorg.nl. Heeft u zelf ideeën voor leuke uitjes dan horen we dat graag!

- **AANMELDEN** voor een uitje kan vanaf **dinsdag 23 januari** of **daarna** op dinsdag en donderdag van 9.00 tot 12.00 uur via 0118 –448 329 of 06- 82493217 of per mail: samenopstapbus@wvozorg.nl.
- U wordt thuis opgehaald en gebracht. De tijd die vermeld staat in het programma is de tijd dat de bus vanaf Ter Reede vertrekt om u op te halen. U hoeft niet buiten klaar te staan. De vrijwilliger belt bij u aan en begeleidt u naar de bus. Mocht er, om welke reden dan ook, oponthoud zijn, dan bellen wij vanuit de bus.
- Helaas kunnen wij geen personen vervoeren die rolstoelafhankelijk zijn.
- Bent u Vriend van de bus, dan mag u **6 uitjes boeken**. Als u nog geen Vriend van de bus bent, mag u **4 uitjes boeken** en worden overige uitjes op de reservelijst geplaatst. In het voor- en najaar worden **4 vrienden uitjes** gepland. Vriend worden van de bus kan op elk moment voor € 25,- per jaar en is geheel vrijwillig. U ontvangt hiervoor een nota.
- U kunt boeken voor uzelf en 1 andere persoon, bijvoorbeeld partner, vriend of vriendin. Als u boekt voor een andere persoon wilt u dan de naam, adres, telefoonnummer en geboortedatum van deze persoon doorgeven bij uw opgave.
- Als u op de reservelijst komt en er staan veel mensen op de reservelijst dan bekijken wij of we een extra bus kunnen inplannen.
- U betaalt contant aan de begeleider. Zorg dus voor **gepast geld!**
- Helaas worden ook wij geconfronteerd met steeds hogere kosten. Om die reden worden **afmeldingen binnen 24 uur** in rekening gebracht.
- Bij uitjes waar kaartjes vooraf besteld zijn, worden bij **annulering de kosten in rekening gebracht**.
- Alle prijzen zijn inclusief entree, begeleiding en vervoer. Consumpties zijn, tenzij anders vermeld, voor eigen rekening. De rondritten zijn exclusief entree, omdat we vooraf niet weten of we iets gaan bezoeken.
- Wanneer u boekt voor een bepaalde activiteit en u kunt toch niet mee, dan stellen wij een tijdige annulering (48 uur van tevoren) zeer op prijs, zodat wij nog iemand van de reservelijst kunnen benaderen. Indien er niemand van de Samen op stap bus aanwezig is, dan kunt u uw afmelding doorgeven aan de receptie (0118 - 448 448).
- Natuurlijk mag u ook mee als u in de gemeente Veere woont. Wij willen u dan verzoeken op te stappen in Ter Reede te Vlissingen.

Vrienden van de Samen op stap bus:

Mocht u nog geen Vriend zijn en Vriend wil worden van de Samen op stap bus?

U kunt al Vriend van de bus worden voor een bedrag van € 25,- per jaar. U mag 6 uitjes boeken per keer, u kan deelnemen aan de speciale vriendenuitjes en u maakt 2x per jaar kans op een gratis uitstapje voor 1 persoon. Wilt u meer informatie of zich aanmelden dan kunt u contact opnemen met Samen op stap via 0118 – 448 329 of per e-mail samenopstapbus@wvozorg.nl. Na uw aanmelding ontvangt u een **bevestigingsbrief** met informatie over waar u de bijdrage naar kan overmaken. Gelieve uw bijdrage **niet** contant betalen bij de chauffeur/begeleider.

Programma februari en maart 2024

Beste lezer,

We hebben weer een prachtig nieuw jaar voor de boeg waarin weer verschillende mooie, gezellige, culturele en culinaire uitstapjes gepland gaan worden. Wij hebben er zin in.

Ook de komende tijd hebben we weer een gevarieerd programma bedacht, zodat we voor een ieder een uitje kunnen aanbieden. Uw tip is natuurlijk van harte welkom, als het mogelijk is, nemen we die mee in het volgende programma. Wij wensen jullie veel plezier met het uitzoeken van de reisesjes en natuurlijk veel reisplezier.

Belochtend

Dinsdag 23 januari 2024 vanaf 9.00 uur kunt u uw uitgekozen uitjes telefonisch opgeven. U kunt dit ook via de mail: samenopstapbus@wvozorg.nl naar ons mailen. Telefonische aanmeldingen worden op dezelfde manier behandeld als opgave via de mail. Als het uitje alsnog niet doorgaat, hoort u dit tijdig van ons.

Bereikbaarheid

Wij krijgen regelmatig te horen dat het lastig is de planning voor de uitjes te bereiken. Om alles overzichtelijk te maken, vindt u hieronder een overzicht met de tijden en telefoonnummers waarop wij bereikbaar zijn:

Maandagochtend 9.00-12.00 uur : 0118-448 329

Dinsdagochtend 9.00-12.00 uur : 0118 – 448 329

Donderdagochtend 9.00-12.00 uur: 0118- 448 329

Op de **belochtend** kunt u bellen met : 0118 – 448 329 **of** 06 – 82493217 tussen 9.00-12.00 uur.

Het komt voor dat u ons niet direct aan de telefoon krijgt. Spreek dan gerust de voicemail in, dan bellen wij u terug!

Met vriendelijke groeten,

Jaimy, Anneke en Gerda

De basis richtlijnen tegen corona

Het blijft goed om nog eens stil te staan bij de richtlijnen omtrent corona. Helaas is corona nog niet verdwenen, maar leren wij hier mee leven. Om veiligheid en gezondheid voorop te blijven stellen, blijft het belangrijk om de basis richtlijnen na te leven.



Was vaak je handen.



Hoest en nies in je elleboog.



Klachten? Blijf thuis en doe een test.



Zorg voor voldoende frisse lucht.

**BELOCHTEND: Dinsdag 23 januari 2024 kunt u zich aanmelden,
vanaf 9.00 uur!**

Bij alle ritten is de prijs excl. koffie, thee en/of lunch! (Wijzigingen onder voorbehoud)

Datum	Activiteit	Vertrek	Prijs
Zaterdag 3 februari	MIDDAGRIT SCHOUWEN DUIVELAND In de middag bezoeken we het mooie Schouwen Duiveland en onderweg stoppen we voor een gezellig bakje koffie. (excl. koffie/thee)	12.30 uur	€ 22,00
Zondag 4 februari	STRIJKTRIO : VIOOL, ALTVIOOL EN CELLO AANSLUITEND LUNCH IN ARION We strijken neer in het Fletcher hotel Arion te Vlissingen waar we genieten van een concert door het strijktrio Jeroen Dupont (viool), Shih-Hsien Tsai (altviool) en Ketevan Roinishvili (cello). Aansluitend genieten we van een heerlijke lunch in het Arion. Voor we naar huis gaan maken we nog van een kleine rondrit door de Walcherse natuur. (excl. lunch, incl. entree)	10.00 uur	€ 36,00
Dinsdag 6 februari	BEZOEK DE PONT MUSEUM TILBURG (museumkaart is gratis toegang) Een prachtig museum voor hedendaagse kunst gevestigd in een voormalige wolspinnerij. De afwisseling van kunstwerken in de grote, open ruimte en de intieme "wolhokken" biedt iedereen een unieke ervaring. (incl. entree)	9.00 uur	€ 62,00
Woensdag 7 februari	VERRASSINGSTOCHT Welke kant gaan we op en wat gaan we allemaal zien....we laten ons verrassen!	9.00 uur	€ 35,00
Zaterdag 10 februari	OPTREDEN SEASOUND SINGERS IN TER REEDE We laten ons verwennen door een middag vol muziek met een repertoire van typische barbershop en close harmony songs, rustige ballads of swingende up-tempo nummer zowel Nederlands- als Engelstalig. (incl. entree en koffie/thee)	12.30 uur	€ 12,00
Dinsdag 13 februari	IKEA BARENDRECHT U bent vrij om zelf rond te kijken en te shoppen bij Ikea Barendrecht.	9.30 uur	€ 36,00
Woensdag 14 februari	DAGJE DORDRECHT Dordrecht is de oudste stad van Holland en zeker een bezoek waard. Pittoreske steegjes, een prachtige historische binnenstad en meer dan 1000 monumenten te zien. U bent vrij om zelf de stad te verkennen.	9.30 uur	€ 36,00
Zaterdag 17 februari	TONEELVOORSTELLING VAN TONEELVERENIGING VEERE IN TER REEDE De supermarkt van Sjors is het slechts lopende filiaal van de keten "Super Super". Sjors is dan ook geen geboren ondernemer en heeft het ook niet getroffen met zijn kleurrijke personeel. Komische situaties wisselen zich in een snel tempo af in deze klucht; compleet met hangouderen, accordeonist voor de deur, een op hol geslagen flessenautomaat en nog vele andere gekkigheden. (incl. entree en koffie/thee)	12.30 uur	€ 12,00
Dinsdag 20 februari	JIMMY NELSON: ODE AAN NEDERLAND (museumkaart is gratis toegang) In het Warenhuis van Axel bevindt zich deze indrukwekkende expositie. Deze bestaat uit een reeks fotografische kunstwerken in formaten van bijna 1 m2 en meer. De wereldberoemde fotokunstenaar belicht de schoonheid van twintig streekdrachten door heel Nederland.(incl. entree)	9.30 uur	€ 28,00

Datum	Activiteit	Vertrek	Prijs
Woensdag 21 februari	VIA DE ZEEUWSE KUST NAAR HELLEVOETSLUIS Langs de Zeeuwse kust genieten we van het uitzicht en rijden we op het gemak naar Hellevoetsluis waar u in de gelegenheid bent zelf rond te wandelen. Samen zoeken we een gezellig restaurant voor de lunch. (excl. lunch)	9.30 uur	€ 30,00
Zaterdag 24 februari	RONDRIJDT WALCHEREN EN LUNCH BIJ DE BRANDING IN ZOUTELANDE Langs de kust en door de polders, we zien het mooie Walcheren vanuit verschillende perspectieven. We stranden in Zoutelande voor een lekkere lunch bij de Branding. (excl. lunch)	9.30 uur	€ 20,00
Dinsdag 27 februari	BEZOEK WERELDMUSEUM LEIDEN (museumkaart is gratis toegang) Wereldmuseum Leiden staat, als een van de oudste volkenkundige musea ter wereld, midden in de actualiteit. Een wandeling door het museum opent je blik op de wereld. Van Bali tot Guatemala, van Oceanië tot de Noordpoolgebieden en van Mekka tot Djenné. (incl. entree)	8.30 uur	€ 65,00
Woensdag 28 februari	MIDDAGRIJDT ZUID BEVELAND Samen ontdekken we de leukste plekjes op Zuid Beveland en stoppen we voor een lekker bakje koffie/thee. (excl. koffie/thee)	12.30 uur	€ 25,00
Zaterdag 2 maart	DAGJE WINKELEN IN DE MEIR IN ANTWERPEN U bent vrij om heerlijk te shoppen bij de verschillende winkels die u vindt in de lange winkelstraat de Meir in Antwerpen.	9.00 uur	€ 30,00
Zondag 3 maart	VIA CADZAND, LANGS DE KUST NAAR HET ZWIN Vandaag maken we samen een mooie rit langs de kust. Via Cadzand rijden we richting het Zwin. Onderweg zoeken we samen een gezellig plekje om te lunchen. (excl. lunch)	9.30 uur	€ 35,00
Dinsdag 5 maart	RONDRIJDT SCHOUWEN DUIVELAND EN LUNCH BIJ 'T OLIEGEULTJE Schouwen Duiveland heeft verschillende mooie bezienswaardigheden. We maken samen een rit langs de leukste plekjes. Bij 't Oliegeultje in Burgh Haamstede genieten we van een heerlijke lunch. (excl. lunch)	9.30 uur	€ 25,00
Woensdag 6 maart	GEZELLIGE OUDERENDAG BIJ DE GRAAF VAN HAAMSTEDEN Vandaag genieten we weer van een geheel verzorgde dag bij "de Graaf van Haamstede" waar we worden ontvangen met koffie en lekkers, genieten van een leuke bingo, een heerlijke warme maaltijd en een mooi optreden van "Anita en Ed". Kortom heerlijk genieten! (incl. maaltijd, koffie en lekkers, optreden en bingo)	8.30 uur	€ 46,00
Zaterdag 9 maart	COUNTRYMIDDAG IN TER REEDE MET LINEDANCE OPTREDEN Heerlijke countrymuziek en mooi opgevoerde dansen. Het belooft een muzikale middag te worden. (incl. entree en koffie/thee)	12.30 uur	€ 12,00

Datum	Activiteit	Vertrek	Prijs
Dinsdag 12 maart	KRINGLOOPROUTE ZUID BEVELAND Op zoek naar de mooiste pareltjes bij verschillende kringloopwinkels. Kijk, koop en geniet!	9.30 uur	€ 25,00
Woensdag 13 maart	BEZOEK ZEEUWS MUSEUM (museumkaart is gratis toegang) Prachtige tentoonstellingen, educatieve publicaties en de mooiste verhalen. U vindt het terug in het Zeeuws Museum. Laat u betoveren! (incl. entree)	12.30 uur	€ 23,00
Zaterdag 16 maart	RONDRIJT GOEREE OVERFLAKKEE LUNCH BIJ 'T WAPEN VAN STELLENDAM Goeree Overflakkee is een prachtig eiland met een boeiende geschiedenis. Het behoort tot de Zuid Hollandse eilanden, al denken veel mensen dat het Zeeuws is. Samen genieten we van een lekkere lunch. (excl. lunch)	9.30 uur	€ 30,00
Dinsdag 19 maart	VOORJAARSLUNCHRIT BRASSERIE DEN ENGEL, BAARLE NASSAU We rijden richting Brabant en gaan bij Brasserie Den Engel in Baarle Nassau genieten van een lekkere lunch. Onderweg genieten we van het uitzicht. (excl. lunch)	9.00 uur	€ 45,00
Woensdag 20 maart	RONDRIJT ZEEUWS VLAANDEREN, VISJE ETEN BIJ FIERET SLUIS We rijden een mooie route door het Westelijkdeel van Zeeuws Vlaanderen en gaan een visje en/of pannenkoek eten bij Fieret in Sluis. (excl. lunch)	9.30 uur	€ 35,00
Zaterdag 23 maart	MIDDAGRIT WALCHEREN EN KOFFIE BIJ KASLOKAAL OOSTKAPELLE Via verschillende wegen rijden we naar het Kaslokaal in Oostkapelle waar we een heerlijk kopje koffie/thee nemen, misschien met wat lekkers erbij. (excl. koffie/thee)	12.30 uur	€ 20,00
Dinsdag 26 maart	RONDRIJT LANGS DE BELGISCHE KUST We hopen op een heerlijke zonnige dag, zodat we kunnen genieten van het mooie uitzicht langs de kust. Onderweg stoppen we op verschillende plekjes voor een hapje en een drankje. (excl. eten en drinken)	9.00 uur	€ 42,00
Woensdag 27 maart	OPEN TAFEL DINER GRAND CAFÉ WILLEM We schuiven aan bij de open tafel in het altijd gezellige Grand Café Willem. (incl. vooraf vastgesteld diner)	10.30 uur	€ 22,00
Zaterdag 30 maart	DAGJE OUDENBOSCH We bezoeken het mooie Oudenbosch waar u vrij bent om de stad op eigen gelegenheid te verkennen.	9.30 uur	€ 30,00

U kunt ook schriftelijk uitjes boeken

Vul onderstaande gegevens in en stuur naar: Samen op stap bus, Vredenhoflaan 370, 4382 CJ Vlissingen
(of geef het formulier af bij de receptie in Ter Reede)

Naam:

Adres:

Postcode en Woonplaats:

Telefoonnummer:

Ik wil graag Vriend worden van de Samen op stap bus voor minimaal € 25,- per jaar (aanvinken indien van toepassing).

Geeft zich op voor de volgende uitjes:

1

4

2

5

3

6



Vernieuwd! Cursus Valpreventie, in Balans. Sta stevig in uw schoenen!

Wanneer u ouder wordt, verandert uw situatie. Sommige veranderingen zijn prettig. U krijgt kleinkinderen of u heeft meer tijd voor leuke dingen. Maar er zijn ook minder prettige veranderingen. Hoe kunt u grip houden op uw leven en uw leven meer glans geven?

Een ongeluk zit in een klein hoekje, zelfs in de vorm van een losliggende tegel. Zowel buitenshuis als in uw eigen omgeving bestaat het risico dat u valt door bijvoorbeeld oneffenheden in de grond of een gladde vloer. En val kan leiden tot breuken of ander (langdurig)letsel.

In de cursus valpreventie leert u valrisico's te signaleren en hier op in te spelen. Een val kan vergaande gevolgen hebben. Wilt u dit graag voorkomen, neem dan nu deel aan de cursus valpreventie. Door deze cursus bouwt u zelfvertrouwen op waardoor u steviger in uw schoenen komt te staan.

Startdatum: dinsdag 27 februari 2024

Tijd: 14.15 – 15.15 uur

Locatie: Club Vief, Vredehoflaan 370, Vlissingen

Cursusprijs: € 50,-* voor 10 lessen

Docent: Anneke van Velzen

**Prijs incl. cursusboek à €10,-. Vraag bij uw zorgverzekeraar na of u (een deel van) de kosten kan declareren. De cursus start met een informatiebijeenkomst op 27 februari, u krijgt hiervoor nog een aparte uitnodiging*

Informatie of aanmelden kan via samenopstap@wvozorg.nl of via 0118 – 448 329