

INHOUD



Voor je ligt de gezamenlijke activiteitengids van SDW, Kans Plus en S&L Zorg.

Wij hebben onze activiteiten gebundeld in één gids, zodat je gemakkelijk kunt zien wat er allemaal te doen is in deze regio voor mensen met een verstandelijke beperking.

Alle activiteiten worden begeleid door vrijwilligers.

In de omschrijving van de activiteit kun je terugvinden of de activiteit rolstoeltoegankelijk is, en in welke mate begeleiding geboden wordt. Als je deel wilt nemen aan een activiteit dan kun je je hiervoor aanmelden. Bij iedere activiteit staat een telefoonnummer of een e-mailadres van de contactpersoon. Bij deze contactpersoon kun je ook terecht met je vragen over de activiteit.

Langs deze weg willen we graag alle vrijwilligers bedanken die al deze activiteiten in de regio mogelijk maken. Ook willen we Huub bedanken voor het ontwerpen en tekenen van de prachtige illustraties in deze gids.

Tot slot wensen we je veel plezier bij het uitkiezen van één of meerdere leuke activiteiten. Wij hopen dat er iets bij staat wat je graag wilt gaan doen!

Wieneke Snoep, Suzanne Tak (SDW)
Henk de Rooij (Kans Plus)
Activiteitenorganisatie S&L Zorg

De verschillende soorten activiteiten zijn op de volgende pagina's in dit boekje te vinden:

Hobby	blz. 3 - 6
Eropuit	blz. 7 - 25
Sport	blz. 26 - 43
Soos en ontmoeting	blz. 44 - 48

HOBBY



WAT IS ER TE DOEN?

Hobbyatelier

In het hobbyatelier werk je met veel verschillende materialen. Je kunt er kleien, timmeren, figuurzagen, borduren, schilderen etc. Heb je hulp nodig? Geen probleem, de vrijwilligers staan altijd voor je klaar.

Waar	Wijkcentrum 't Dijksteeke Roosendaal
Wanneer	Dinsdag 19.00-21.00 uur, wekelijks
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€7,00 per keer
Begeleiding	1 vrijwilliger per 4 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Ja
Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl	

Theatergroep Respect

Theatergroep Respect is een podiumproductie. Dat wil zeggen dat er twee keer per jaar wordt opgetreden in een schouwburg. Eén keer in Roosendaal en één keer in Etten-Leur. Hier wordt een heel jaar naar toegewerkt. Iedereen krijgt een passende rol en tekst. Het maken van theater betekent natuurlijk heel veel dansen, zingen en acteren.

Waar	Tiuri Roosendaal
Wanneer	Woensdag 19.15-21.45 uur, wekelijks
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€5,00 per keer
Begeleiding	1 vrijwilliger per 4 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Ja, in overleg
Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl	

Tekenen en schilderen

Onder begeleiding van vrijwilligers maken deelnemers een tekening of schilderij.

Waar	Gebouw 'de Uithof' Bergen op Zoom
Wanneer	Maandag 19.00 -21.00 uur en woensdag 14.00-16.00 uur, wekelijks
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€1,50 per keer
Begeleiding	1 vrijwilliger per 5 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Ja
Aanmelden via info@kansplusboz.nl	

Muziekgroep Do-Re-Mi

De muziekgroep Do-re-mi bestaat uit vrijwilligers en deelnemers, die diverse muziekinstrumenten bespelen. En ze zingen ook. Soms is er een optreden van een andere muziekgroep en ook verzorgt Do-Re-Mi wel eens een optreden.

Waar	Gebouw 'de Uithof' Bergen op Zoom
Wanneer	1 ^{ste} en 3 ^{de} dinsdag van de maand 19.00-21.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€1,50 per keer
Begeleiding	1 vrijwilliger per 1 à 2 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Ja, in overleg
Aanmelden via info@kansplusboz.nl	

Koken

Koken leer je pas echt door het zelf te doen. Niet alleen door te kijken. Dus handen uit de mouwen en aan de slag. Na afloop samen genieten van de zelfbereide maaltijd.

Waar

Levensschool Roosendaal

Wanneer

Maandag of dinsdag 19.00-21.00 uur,
wekelijks

Vervoer

Zelf regelen

Kosten

€7,00 per keer, excl. ingrediënten

Begeleiding

1 vrijwilliger per 3 deelnemers

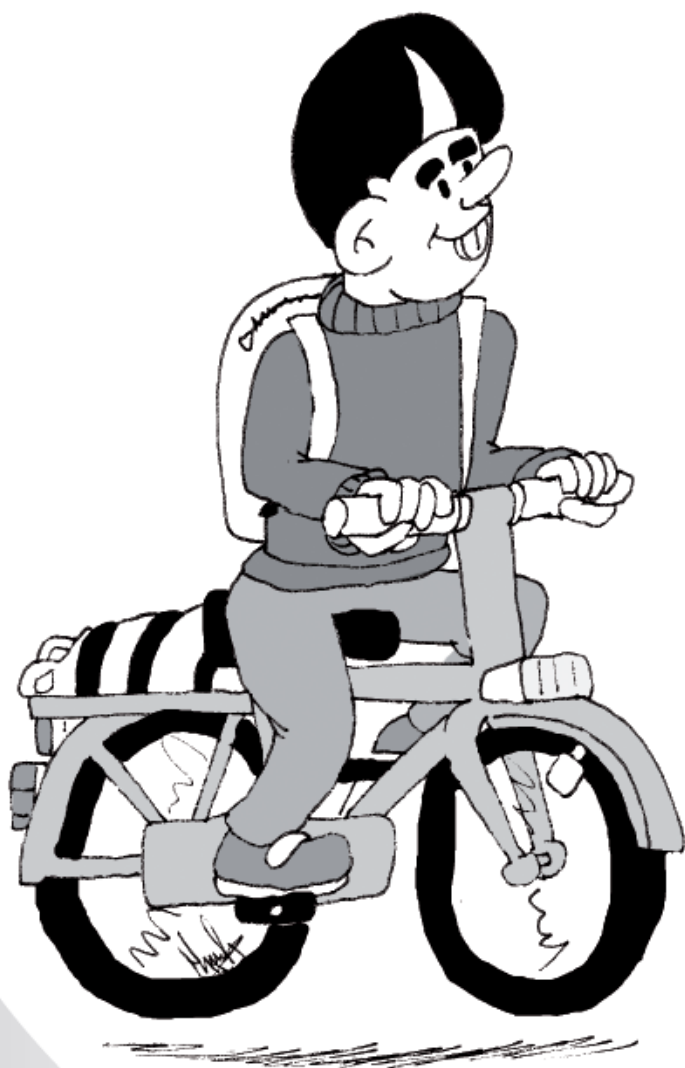
Rolstoeltoegankelijk

Ja

Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl

Er is op dit moment een wachtlijst.

EROPUIT



WAT IS ER TE DOEN?

Workshop Ambachtelijk Broodbakken

Je leert hoe je een ambachtelijk brood bakt en na de workshop neem je dit mee naar huis. Ook ga je je eigen pizza maken die je tijdens de lunch op eet.

Waar	Oud Gastel
Wanneer	Zaterdag 9 april 11.00-14.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€29,00; €26,50 voor SDW-cliënten
Begeleiding	1 vrijwilliger per 3 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Nee

Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl

Dagje Ikea

We beginnen met een lekker ontbijtje in het Ikea-restaurant en daarna gaan we winkelen in de Ikea!

Waar	Breda
Wanneer	Zondag 10 april 09.30-14.00 uur
Vervoer	Vervoer met SDW-bus vanaf station Roosendaal
Kosten	€15,00; €12,50 voor SDW-cliënten incl. vervoer en ontbijt
Begeleiding	1 vrijwilliger per 4 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Nee

Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl

Workshop Aztekenbandje Maken

Ontwerp en maak twee Azteken-armbandjes.

Een Aztekenbandje maak je door kralen aan elkaar te weven. De docent leert je hoe je dit moet doen. Je kunt de bandjes helemaal naar je eigen smaak maken.

Waar Oudenbosch
Wanneer Vrijdag 22 april 19.00-21.00 uur
Vervoer Zelf regelen
Kosten €23,00; €20,50 voor SDW-cliënten incl. materialen, koffie/thee
Begeleiding 1 vrijwilliger per 3 deelnemers

Rolstoeltoegankelijk Ja
Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl

Naar vliegveld Seppe met lunch

Eerst geniet je van een lunchbuffet in restaurant De Cockpit. Daarna ga je een introductie-film kijken over de allereerste vliegpogingen. Na deze film krijg je een rondleiding door het Vliegtuigmuseum.

Waar Bosschenhoofd
Wanneer Zaterdag 23 april 12.00-16.30 uur
Vervoer Zelf regelen
Kosten €30,00; €27,50 voor SDW-cliënten incl. lunch, rondleiding en toegang museum

Begeleiding 1 vrijwilliger per 4 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk Ja, behalve de vliegtoren
Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl

Truckersrun

10^e truckersrun, er rijden 80 trucks mee in een rit van ongeveer 60 km.

Waar	Van Bergen op Zoom naar Lepelstraat
Wanneer	Zondag 15 mei, start 12.00 uur (welkom vanaf 11.00 uur)
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	Geen
Begeleiding	Aanwezig
Rolstoeltoegankelijk	Nee
Aanmelden via truckersrun@ziggo.nl	

Gevelstenenspeurtocht

Eerst loop je een route langs mooie gebouwen in Roosendaal. Hierbij krijg je verschillende opdrachten. Na afloop lekker uitrusten tijdens een lunch.

Waar	Roosendaal
Wanneer	Zaterdag 21 mei 10.30-14.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€23,00; €20,50 voor SDW-cliënten
Begeleiding	1 vrijwilliger per 5 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Ja
Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl	

Midgetgolfen

Op een zondag in mei heerlijk in de buitenlucht een balletje slaan! Krijg je de bal met de minste slagen in de hole, dan ben jij de winnaar! We sluiten af met een drankje en een frietje.

Waar	Rucphen
Wanneer	Zondag 22 mei 14.00-16.30 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€21,00; €18,50 voor SDW-cliënten incl. frietmenu en midgetgolf
Begeleiding	1 vrijwilliger per 5 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Ja
Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl	

Vissen

Gooi je hengel uit in de Roosendaalse Vliet en vis een dagje mee met visvereniging Geduld Vangt Vis. Met de hengel in de hand en je lunchpakket in je mand. Nu maar hopen dat de vissen willen bijten....

Waar	Roosendaal
Wanneer	Zaterdag 28 mei 10.00-15.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€9,00; €6,50 voor SDW-cliënten
Begeleiding	1 op 1
Rolstoeltoegankelijk	Nee
Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl	

Bioscoop en lunch

Op een zondagmiddag in juni eerst genieten van een heerlijke lunch en daarna een filmpje pakken in de bioscoop in Roosendaal.

Waar	Roosendaal
Wanneer	Zondag 5 juni 13.00-18.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€31,00; €28,50 incl. lunch
Begeleiding	1 vrijwilliger per 4 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Ja
Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl	

SDW-Sport-Toernooi

Vind jij sport en spel ook zo leuk? En ga je dan wel voor het winnen? Dan is het SDW-Sport-Toernooi iets voor jou!

Geef je op met een team van jouw locatie en scoor zoveel mogelijk punten bij de verschillende onderdelen.

Neemt jouw locatie de wisseltrofee 2016 in ontvangst?

Meteen leuk om verschillende sporten uit te proberen waar je eventueel ook lid van kunt worden. Heb je geen team maar wil je wel meedoen, geef je dan toch op. Mogelijk zijn er meer mensen op zoek naar teamgenoten. Een team moet minimaal uit 4 en maximaal uit 8 personen bestaan.

Waar	Cluzona Sportpark Wouw
Wanneer	Zondag 5 juni
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€10,00; €7,50 voor SDW-cliënten
Begeleiding	Aanwezig
Rolstoeltoegankelijk	Nee
Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl	

Kookworkshop Fort Smakelijk voor beginners, gevorderden en professionals

Kook je zelf regelmatig maar zou je meer willen leren over gezonde voeding en koken voor een klein of groot budget? Dan is een kookworkshop bij Fort Smakelijk iets voor jou! In een professionele keuken onder begeleiding van professionele koks leer je het échte koken!

Daarna is het natuurlijk smullen van je zelfgemaakte maaltijd.

Waar	Fort Smakelijk Bergen op Zoom
Wanneer	Vrijdag 10 juni en vrijdag 9 december 18.00-21.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€33,00; €30,50 voor SDW-cliënten
Begeleiding	Vanuit Fort Smakelijk
Rolstoeltoegankelijk	Nee

Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl

Huifkartocht & lunchbuffet

Genieten van de omgeving in Oud Gastel vanuit een huifkar! Met een heerlijk lunchbuffet bij het Gastels Sfeer.

Waar	Oud Gastel
Wanneer	Zaterdag 11 juni 13.00-16.30 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€39,00; €36,50 voor SDW-cliënten incl. consumptie en lunchbuffet
Begeleiding	1 vrijwilliger per 5 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Nee

Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl

Spellenmiddag met bezoek van Bureau van de Glimlach

Terwijl jullie gezellig een middag spellen spelen, krijgen jullie bezoek van clown Dot en clown Pum van het Bureau van de Glimlach. Het belooft een heel gezellige middag te worden. Zorg dat je je snel aanmeldt als je hier bij wilt zijn. Er kunnen maximaal 15 deelnemers aan deel nemen.

Waar	Woonlocatie 't Zand Roosendaal
Wanneer	Zaterdagmiddag 2 juli 2016
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€14,00; €11,50 voor SDW-cliënten
Begeleiding	1 vrijwilliger per 5 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Ja
Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl	

Zwemmen en McDonald's

Ga je mee zwemmen in zwembad de Schelp?

Zwembad de Schelp heeft een groot recreatief bad met een superwaterglijbaan, een stroomversnelling, Jett-streams en whirlpools. Na het zwemmen ga je lekker een frietje eten bij de Mac!

Waar	Bergen op Zoom
Wanneer	Zaterdag 9 juli 13.30-17.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€26,00; €23,50 voor SDW-cliënten incl. entree zwembad en frietmenu
Begeleiding	1 vrijwilliger per 3 deelnemers
Bijzonderheden	Je moet kunnen zwemmen en je zelf aan en uit kunnen kleden
Rolstoeltoegankelijk	Nee
Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl	

Middag Jeu de Boules

Op zondagmiddag een gezellig potje Jeu de Boules spelen. Gezamenlijk een balletje rollen op Sportpark Rozenoord.

Waar	Bergen op Zoom
Wanneer	Zondag 10 juli 13.00-16.30 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€5,00 inclusief koffie/thee
Begeleiding	1 vrijwilliger per 5 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Ja

Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl

Wandel mee met de COLOR YOUR LIFE RUN

Kleur, kleur, kleur en heel veel plezier!

Wandel mee met de wandelgroep van de Color Your Life Run. De wandeltocht is 5 km. Na elke kilometer word je bespoten met een andere kleur poeder. Op het einde van de 5 km is er een feestelijk onthaal met een indrukwekkende kleurenexplosie van poeder.

Je krijgt een T-shirt van de Color Your Life Run. De poeder kun je van jezelf afwassen, maar doe wel oude kleren en schoenen aan.

Waar	Bergen op Zoom
Wanneer	Zondag 16 juli 18.15-22.30 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€27,00; €24,50 voor SDW-cliënten
Begeleiding	1 vrijwilliger per 5 deelnemers
Bijzonderheden	Je moet goed door kunnen lopen
Rolstoeltoegankelijk	Nee

Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl

Boerengolf op ijsboerderij

Je wordt ontvangen met koffie/thee en wat lekkers. Daarna ga je het weiland in voor een potje boerengolf. In de pauze word je getrakteerd op een ambachtelijk ijsje van de boerderij.

Waar	Schijf
Wanneer	Zaterdag 6 augustus 12.45-15.30 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€26,00; €23,50 voor SDW-cliënten
Begeleiding	1 vrijwilliger per 4 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Nee

Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl

Muziekbingo

Deze bingo is niet met de bekende balletjes maar als het liedje wat je hoort op je kaart staat, kun je het afstrepen. Kom ook naar deze muzikale bingomiddag!

Waar	Roosendaal
Wanneer	Zondag 14 augustus 13.00-16.15 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€16,00; €13,50 voor SDW-cliënten
Begeleiding	1 vrijwilliger per 4 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Ja

Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl

Workshop Kaarten Maken

In deze workshop ga je creatief aan de slag met papier. Laat je fantasie de vrije loop en maak zelf je eigen kaarten.

Waar	Bergen op Zoom
Wanneer	Zaterdag 27 augustus 14.00-16.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€15,00; €12,50 voor SDW- cliënten incl. materialen, koffie/thee
Begeleiding	1 vrijwilliger per 4 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Ja

Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl

Swing-rijden

Op een gemakkelijk bedienbare elektrische step rijd je door de Brabantse polder met onderweg een bakje koffie met lekkers.

Waar	Oud Gastel
Wanneer	Zondag 28 augustus 09.30-12.30 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€40,00; €37,50 voor SDW-clients incl. huur Swing en koffie/thee
Begeleiding	1 vrijwilliger per 4 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Nee

Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl
Deelnemer dient zelfstandig fietsend, verkeersveilig te zijn.

Middagje bioscoop en friet eten

Op een zaterdagmiddag in september een filmpje pakken in de nieuwe bioscoop van Bergen op Zoom.

Na de film gaan we een frietje eten.

Waar	Bergen op Zoom
Wanneer	Zaterdag 10 september 15.00–19.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€34,00; €31,50 voor SDW-cliënten incl. film, frietmenu en consumptie
Begeleiding	1 vrijwilliger per 4 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Ja

Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl

Beautymiddag

Een ontspannen middag waar je eens heerlijk in de watten wordt gelegd. Maskertje, nagels lakken en mooie make-up en daarna natuurlijk een fotoshoot om het resultaat vast te leggen!

Waar	Wouw
Wanneer	Zondag 18 september 13.00-16.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€17,00 ;€14,50 voor SDW-cliënten
Begeleiding	2 vrijwilligers per 5 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Ja

Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl

Bowlen en spareribs of supersaté eten

Ga je mee bowlen in het nieuwe bowlingcentrum van Bergen op Zoom? Gooi jij de meeste kegels om?

Het maakt niet uit, gezelligheid staat voorop! Na het bowlen lekker spareribs of supersaté eten!

Waar	Bergen op Zoom
Wanneer	Vrijdag 7 oktober 18.00-20.45 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€41,00; €38,50 voor SDW-cliënten incl. buffet en 2 consumpties
Begeleiding	1 vrijwilliger per 4 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Ja

Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl

Boeh boeh, op visite bij een koe

Je wordt ontvangen met koffie en thee met verse aardbeien uit de kas. Daarna krijg je een rondleiding op de boerderij waarbij de kalfjes geaaid kunnen worden, tractor gereden kan worden en een kijkje genomen kan worden bij het melken (melkrobot). De verse melk mag geproefd worden.

Waar	Moerstraten
Wanneer	Zaterdag 8 oktober 14.00-16.45 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€8,00; €5,50 voor SDW-cliënten
Begeleiding	1 vrijwilliger per 4 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Nee

Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl

Workshop Herfst Bloemschikken

Maak een prachtig bloemstuk in de mooie herfstkleuren.

Na afloop neem je jouw creatie mee naar huis.

Waar	Wouw
Wanneer	Zaterdag 15 oktober 14.00-16.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€30,00; €27,50 voor SDW-cliënten incl. materialen, koffie/thee
Begeleiding	1 vrijwilliger per 4 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Ja
Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl	

Waar is de brand?

Een kijkje achter de schermen bij de brandweer.

Waar	Bergen op Zoom
Wanneer	Woensdag 19 oktober 19.00-21.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	Gratis
Begeleiding	1 vrijwilliger per 4 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Nee
Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl	

Artiestendag

Tijdens deze gezellige middag treden 5 lokale artiesten op.

Waar Veerhuis in Oud Gastel

Wanneer Zondag 23 oktober

Vervoer Zelf regelen

Kosten €5,00

Begeleiding 1 vrijwilliger per 5 deelnemers.
Je mag zelf begeleiding meenemen
maar zij moeten ook toegang betalen.

Rolstoeltoegankelijk Ja

Aanmelden via artiestendag@gmail.com

Avondje bowlen en buffelen

Gooi jij de meeste kegels om? Of belandt jouw bal in de goot!
Het maakt niet uit, gezelligheid staat voorop! Na het kegelen
genieten we van een heerlijk Buffalo buffet!

Waar Roosendaal

Wanneer Vrijdag 4 november 18.00-21.30 uur

Vervoer Zelf regelen

Kosten €39,00, €36,50 voor SDW-cliënten
incl. buffet en consumptie

Begeleiding 1 vrijwilliger per 4 deelnemers

Rolstoeltoegankelijk nee

Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl

Spellenmiddag met pannenkoeken en bezoek van de Sint

Een unieke, keigezellige spellenmiddag met zelfgemaakte spellen van Kees Franken. Denk hierbij aan rollende stenen om mee te sjoelen, de slingerbak, het kegelen van eenden, enz. Natuurlijk speelt de Sint een spelletje mee!

Waar	Bergen op Zoom
Wanneer	Zondag 20 november 14.00-17.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€18,00; €15,50 voor SDW-cliënten incl. consumptie en pannenkoeken
Begeleiding	1 vrijwilliger per 4 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Ja
Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl	

Kerstbezoek aan Intratuin en High Tea

Nadat we genoten hebben van een overheerlijke High Tea, gaan we genieten van alle pracht en praal in het tuincentrum. Er hangt een sprookjesachtige kerstsfeer.

Waar	Halsteren
Wanneer	Zondag 27 november 10.30-14.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€26,00; €23,50 voor SDW-cliënten incl. High Tea
Begeleiding	1 vrijwilliger per 3 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Ja
Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl	

Workshop Kerstcreatief

Tijdens deze workshop ga je een kerstbal versieren. Deze kun je na afloop thuis in de boom hangen of cadeau aan iemand geven.

Waar	Oudenbosch
Wanneer	Vrijdag 16 december 19.00-21.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€20,00; €17,50 voor SDW-cliënten incl. materialen, koffie/thee
Begeleiding	1 vrijwilliger per 4 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Ja
Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl	

Vastenavenbal KansPlus

Met leutige dweilbands en de komst van de Prins, de Nar, Steketee en de gròòtste Boer. Kom lekker dweilen tijdens dit vastenavendbal van KansPlus.

Waar	Gebouw 'De Uithof' Bergen op Zoom
Wanneer	Vrijdag 17 februari 2017 van 19.00-22.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	Gratis
Begeleiding	Vrijwilligers van de soos
Rolstoeltoegankelijk	Ja
Aanmelden is niet nodig	

Carnavalsbal Dansschool QUICK&SLOW

Met leutige dweilbands en de komst van Prins Carnaval en Nar Malou is het altijd een feest. Trek je fraaiste outfit aan en kom lekker dweilen tijdens het Carnavalsbal van Dansschool QUICK&SLOW.

Waar	Roosendaal
Wanneer	Zaterdag 18 februari 2017 van 20.00-23.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€2,50
Begeleiding	Vrijwilligers van de soos
Rolstoeltoegankelijk	Ja
Aanmelden is niet nodig	

Vastenavenbal KansPlus

Met de dweilband 't Arsenaal en de komst van de Prins, de Nar, Steketee en de gròòtste Boer wordt het wéér stik gèèf. Kom lekker dweilen tijdens dit vastenavendbal van KansPlus.

Waar	Gebouw 'De Uithof' Bergen op Zoom
Wanneer	Zaterdag 24 februari 2017 van 10.00-12.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	Gratis
Begeleiding	Vrijwilligers van de soos
Rolstoeltoegankelijk	Ja
Aanmelden is niet nodig	

Activiteiten bij S&L Zorg

Bij S&L Zorg organiseren we het hele jaar door activiteiten voor onze eigen cliënten, maar zeker ook voor anderen. Denk hierbij aan activiteiten als Koningsnacht, Halloween en de jaarlijkse kerstmarkten, maar zeker ook onze maandelijkse disco's!

Deze activiteiten organiseren we in onze Ontmoetingscentra op Sterrebos en Lambertijnenhof of op de terreinen zelf.

Wil je weten welke activiteiten wanneer door jou te bezoeken zijn? Kijk dan op www.slzorg.nl/agenda.

Hier vind je al onze activiteiten waarbij duidelijk staat genoemd of dat deze door iedereen te bezoeken zijn of niet. Heel veel plezier bij alle activiteiten die je dit jaar gaat bezoeken bij ons en ergens anders!

Kompasreizen

Kompasreizen, de reisorganisatie van SDW in samenwerking met Prisma en Amarant, biedt begeleide reizen voor mensen die met ondersteuning zelfstandig op reis kunnen.

Ook dit jaar hebben wij weer de leukste bestemmingen geselecteerd in Nederland en in het buitenland. Welke vakantie je ook kiest, je wordt altijd begeleid door enthousiaste en ervaren vrijwilligers.

Ook zin om met ons mee op vakantie te gaan?

Kijk dan voor meer informatie op www.kompasreizen.com

Hopelijk mogen we je binnenkort op één van onze reizen begroeten!

SPORT



WAT IS ER TE DOEN?

Dansen

Tijdens de lessen komen alle moderne dansen aan bod. Aan het einde van het seizoen, dans je af voor een officieel dansdiploma. Je krijgt les van de wereldkampioen dansen.

Waar	Dutch Dance Academy in Oudenbosch
Wanneer	Dinsdag 19.00–20.15 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€75,00 per kwartaal (totaal 3 kwartalen, september is gratis dansen)
Begeleiding	Voldoende
Rolstoeltoegankelijk	Nee

Aanmelden bij K. Antonissen via Karin.antonissen@hotmail.com of 0165-316579.

Gymnastiek

Iedereen die speciaal onderwijs volgt of heeft gevolgd is welkom. De les wordt gegeven door een docent Lichamelijke Opvoeding.

Waar	Mariaschool in Oudenbosch
Wanneer	Woensdagavond 19.00–20.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€85,00 per schooljaar
Aantal deelnemers	Maximaal 18 personen vanaf 18 jaar
Begeleiding	Voldoende
Rolstoeltoegankelijk	Nee

Aanmelden bij J. Antonissen via jacantonissen@hotmail.com of 0165-316579

Bowlen

Het komt bij bowlen niet aan op kracht, maar techniek. Een spel kent tien beurten. Hierbij probeer je zoveel mogelijk kegels om te gooien.

Waar	Bowlingcentrum Roosendaal, Bowling&Lounge Bergen op Zoom
Wanneer	Roosendaal donderdag 1x per 2 weken 19.00-20.00 uur (vanaf 12 jaar) en 20.00-21.00 uur (18 jaar en ouder) Bergen op Zoom zaterdag 1x per 2 weken 11.00-12.00 uur (vanaf 12 jaar)
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	Roosendaal volwassenen: € 7,00 per keer Roosendaal jongeren: € 8,00 per keer Bergen op Zoom: € 7,75 per keer
Begeleiding	1 vrijwilliger per 5 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Roosendaal: Nee Bergen op Zoom: Ja
Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl	

Zwemmen

Wil je zelf zwemmen of zwemles volgen? Je krijgt les van gediplomeerde zwemkrachten. Zwemmen, sauna, het is allemaal mogelijk. Kom gezellig langs.

Waar	De Baarle Bossche in Oudenbosch
Wanneer	Zaterdag 12.00-13.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€155,00 per schooljaar
Begeleiding	Voldoende
Rolstoeltoegankelijk	Nee
Aanmelden via brouwers.annemarie@gmail.com	

Poolen

Poolbiljarten heeft geen ingewikkelde spelregels. Iedereen kan het snel leren en begrijpen. De 17 ballen stoot je in een van de gaten van de biljarttafel. Als je de tafel 'leeg' speelt, verdien je een punt. Wie de meeste punten heeft, is uiteindelijk de winnaar.

Waar	Provoosthuis Bergen op Zoom
Wanneer	Dinsdag 19.30-20.30 uur, 1x per 2 weken
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€5,50 per keer
Begeleiding	1 vrijwilliger per 5 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Nee
Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl	

Bewegen op muziek Dansschool QUICK&SLOW

Bewegen is belangrijk. Lichamelijke oefeningen op muziek ontspannen en iedereen kan meedoen. Zo blijf je soepel en lenig. Daarnaast ontmoet je ook nog eens andere mensen.

Waar	Tiuri Roosendaal (tijdelijk)
Wanneer	Dinsdag 19.00-19.45 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€5,75 per keer
Begeleiding	1 vrijwilliger per 5 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Ja
Aanmelden via dansschoolquickslow@gmail.com of 06-30661810	

Aquarobic

Aquarobic is sporten in het water. Het voordeel van aquarobic is dat je geen spierpijn krijgt. Iedereen kan op zijn eigen nivo mee doen met de oefeningen. Na afloop kun je nog even samen genieten van een kopje koffie of thee. En je voelt je weer helemaal fit.

Waar Zwembad De Stok Roosendaal

Wanneer Donderdag 19.30-20.30 uur;

1x per 2 weken

Vervoer Zelf regelen

Kosten €6,00 per keer

Begeleiding 1 vrijwilliger per 5 deelnemers

Rolstoeltoegankelijk Ja, in overleg

Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl

Zoemba Dansschool QUICK&SLOW

Zoemba is een combinatie van Aerobics en Latin dans. Op swingende muziek uit Zuid-Amerika vliegen de pondjes er af. Bij ons heet het Zoemba en is het net iets anders. Je moet niet bang zijn voor een beetje zweet maar de les is zo aangepast dat iedereen mee kan doen.

Waar Tiuri Roosendaal (tijdelijk)

Wanneer Dinsdag 19.45-20.30 uur en

20.30-21.15 uur

Vervoer Zelf regelen

Kosten €5,75 per keer

Begeleiding 1 vrijwilliger per 5 deelnemers

Rolstoeltoegankelijk Nee

Aanmelden via dansschoolquickslow@gmail.com

of 06-30661810

Darten

Darten wordt gespeeld met drie pijltjes (darts) en een dartbord. 180 is het hoogste wat je kunt gooien en waar iedere darter voor gaat. Hiervoor moet je wel veel oefenen. Bij dartclub De Speerprikkers wordt wekelijks gespeeld in competitieverband. Zoek je sportiviteit en gezelligheid dan is deze club een schot in de roos!

Waar	Buurtcentrum de Wieken Roosendaal
Wanneer	Donderdag 19.30-21.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€5,50 per keer
Begeleiding	1 vrijwilliger per 4 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Ja
Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl	

G-tennis

Sla eens een balletje bij de Halsterse Tennisvereniging.

Waar	Sportpark De Beek in Halsteren
Wanneer	Vrijdag 17.30-19.00 uur, wekelijks
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	20 lessen voor €145,00 incl. eigen racket
Begeleiding	1 vrijwilliger per 5 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Nee
Aanmelden via info@vandenberg-training.nl	

Atletiek

Atletiek bestaat uit een aantal onderdelen. Het rennen en sprinten zijn de bekendste vormen van atletiek. Maar ook het kogelstoten, discus werpen, verspringen en hoogspringen komen aan bod.

Waar	Sportpark Rozenoord Bergen op Zoom
Wanneer	Woensdag Junioren: 18.00-19.00 uur Senioren: 19.00-20.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	Afhankelijk van de leeftijd tussen €25,15 en €44,45 per kwartaal. Om kennis te maken kan aan vier trainingen gratis worden deelgenomen.
Begeleiding	Ca. 1 vrijwilliger per 4 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Nee
Aanmelden bij A. Kertzman via kertzman@worldonline.nl of bij J. Jonkers via jeroen@jonkersenko.nl of 06-14016061	

MOC'17 Voetbal

Het voetbal wordt aangeboden voor kinderen/jeugdigen en volwassenen met een verstandelijke en/of lichamelijke beperking.

Waar	Sportpark Rozenoord Bergen op Zoom
Wanneer	Jeugd: Woensdag 17.00-18.00 uur Senioren: Maandag 20.00- 21.30 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	Junioren €130,00; senioren €180,00
Rolstoeltoegankelijk	Nee
Aanmelden via rremery@home.nl Website www.moc17.nl	

Judo

Ai Te is een stichting die gericht is op het aanbieden van judo aan kinderen/jongeren die wel wat extra hulp kunnen gebruiken vanwege een beperking of handicap. In de lessen wordt rekening gehouden met de belevingswereld en het niveau van de deelnemer. Doel is om het kind/de jongere middels judo veel sportplezier te laten beleven en het zelfvertrouwen en de weerbaarheid te vergroten.

De groep wordt begeleid door een gespecialiseerde docent met veel ervaring met de doelgroep.

Waar	Gymzaal van ZMLK school Kameleon/ Brede School de Markiezen in Bergen op Zoom
Wanneer	Dinsdag Kinderen tot 12 jaar 15.30-16.15 uur Jongeren v.a. 12 jaar 16.15-17.00 uur Gevorderden jongeren/jong volwassenen v.a. 12 jaar 17.00-17.45 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€25,00 per maand
Aantal deelnemers	Maximaal 12 per groep
Begeleiding	Trainer, 1 vrijwilliger en vaak een stagiaire (eigen begeleiding is wenselijk als je jezelf niet zelfstandig kunt omkleden)
Rolstoeltoegankelijk	In overleg
Aanmelden bij M. Lammens via info@ai-te.nl of 06-10724740	
Website www.ai-te.nl	

Voetbal

Vind je het leuk om samen met anderen een balletje te schoppen? Kom dan bij RKVV Roosendaal!

Waar

Sportpark Hulsdonk, Roosendaal

Wanneer

Senioren: dinsdag 19.00-20.00 uur

Juniores: woensdag 17.30-18.30 uur

Wedstrijden zijn op zaterdag.

Tijden variabel.

Vervoer

Zelf regelen

Kosten

www.rkvvroosendaal.nl Club-

lidmaatschap afhankelijk van leeftijd

Begeleiding

3 vrijwilligers

Rolstoeltoegankelijk

Ja, kantine is rolstoeltoegankelijk

Informatie bij E. van der Velden via

gcoordinator@rkvvroosendaal.nl of 06-30766942

Aanmelden bij ledenadministratie via

ledenadministratie@rkvvroosendaal.nl

Website: www.rkvvroosendaal.nl

Dans en spel

Dans en spel. Een combinatie van bewegen op allerlei muzieksoorten, spelvormen en sporten met diverse turnmaterialen.

Waar

Sportzaal van 't Rijksscholengemeenschap Bergen Op Zoom

Wanneer

Donderdag 18.45-19.45 uur, wekelijks

Vervoer

Zelf regelen

Kosten

€13,10 per maand en eenmalig

€5,00 inschrijfgeld

Begeleiding

1 vrijwilliger per 4 deelnemers

Rolstoeltoegankelijk

Nee

Aanmelden bij I. Luijkx via aj.luyks@hetnet.nl of 0165-301416

Dansen bij dansschool Jac Danst

Voor kinderen met een verstandelijke en lichte lichamelijke beperking (niet rolstoel-gebonden). Ook voor kinderen met een zwaardere verstandelijke en/of lichamelijke beperking (eventueel rolstoel-gebonden).

Waar	Bergen op Zoom en Roosendaal
Wanneer	Maandag 15.30-16.15 uur Roosendaal; Woensdag 14.00-14.45 uur Bergen op Zoom; Donderdag 15.30-16.15 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€200,00 voor 30 lessen
Begeleiding	1 docent per 10 deelnemers, ouders blijven
Rolstoeltoegankelijk	Ja

Aanmelden bij J. van den Elshout via your@jac-danst.nl
of 06-24132249

Stijldansen Dansschool QUICK&SLOW

Je leert o.a. de Quickstep, Cha-cha-cha, Rumba, Slow-Foxtrot en de Samba. Elk jaar wordt er afgedanst voor een dansdiploma, is er een clubkampioenschap en kun je meedoen aan het officiële NK Stijldansen voor g-klassers. Of je nu beginner bent of gevorderd, het plezier staat altijd voorop!

Waar	Het Spectrum Roosendaal (tijdelijk)
Wanneer	Maandag en donderdag 19.15-20.30 uur en 20.45-22.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€7,00 per keer
Begeleiding	1 vrijwilliger per deelnemer
Rolstoeltoegankelijk	Nee

Aanmelden via dansschoolquickslow@gmail.com
of 06-30661810

Dansen

Onder deskundige begeleiding van vrijwilligers worden er door de deelnemers bekende en minder bekende dansen gedanst.

Waar Gebouw 'de Uithof' Bergen op Zoom

Wanneer Elke 2^{de} en 4^{de} dinsdag van de maand 19.00-21.00 uur

Vervoer Zelf regelen

Kosten €1,50 per keer

Begeleiding 1 vrijwilliger per deelnemer

Rolstoeltoegankelijk In overleg

Aanmelden via info@kansplusboz.nl

Karten

Wat je op de weg niet mag, mag je op een kartbaan wel. Zo hard rijden als je kunt. De scores worden uitgeprint. Zo'n kart besturen en je eigen score telkens weer verbeteren, geeft je een echte kick.

Waar Kartcentre Roosendaal

Wanneer Maandag 19.30-20.30 uur, 1x per maand

Vervoer Zelf regelen

Kosten €13,00 per keer, incl. helm en beschermende overall. Een helmmuts is verplicht en kun je eenmalig aanschaffen voor €2,00.

Begeleiding 1 vrijwilliger per 4 deelnemers

Rolstoeltoegankelijk Nee

Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl

MHC Tempo Hockey

Lijkt het jou leuk om kennis te maken met de hockeysport?

Kom dan een keertje mee trainen.

Waar	Bergen op Zoom
Wanneer	19 maart, 26 maart, 9 april, 7 mei, 14 mei 10.15-11.45 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	Gratis
Begeleiding	Aanwezig vanuit MHC Tempo in de vorm van een trainer. Wellicht handig om 1 vrijwilliger op 5 personen mee te nemen.
Rolstoeltoegankelijk	De sport kan niet beoefend worden met een rolstoel.

Aanmelden bij A. de Bont-Govers via anneliekdebont@gmail.com

Zwemmen bij Zwem- en Polovereniging De Krabben

Kun je al goed zwemmen en wil je graag meer zwemmen?

Kom dan bij onze gezellige vereniging. De zwemtrainingen vinden plaats in het doelgroepenbad.

Waar	Zwembad de Schelp in Bergen op Zoom
Wanneer	Woensdag 18.15-19.15 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€12,50 per maand, €140,00 per jaar.
Begeleiding	1 vrijwilliger per 2 deelnemers. Je moet jezelf kunnen aan- en uitkleden.

Rolstoeltoegankelijk Nee

Aanmelden bij F. v.d. Kieboom via

fredvandenkieboom@kpnmail.nl of 0164-250119

Fitkids

Fitkids is een beweegprogramma voor kinderen van 6-18 jaar met een chronische ziekte, beperking of langdurige aandoening. De Fitkidstraining vindt plaats in onze fysiotherapiepraktijk met oefenruimte.

Waar

Fysioboz locatie De Grebbe

Wanneer

Maandag, dinsdag, woensdag, vrijdag
16.00-18.00 uur. Voor exacte tijden neemt u contact op met de praktijk.

Vervoer

Zelf regelen

Kosten

Fitkids kan worden vergoed door de zorgverzekeraar

Aantal deelnemers

6-8 per groep

Begeleiding

Is wenselijk, in overleg. Er zijn geen vrijwilligers

Rolstoeltoegankelijk

Ja

Aanmelden bij Linda Tolsma via l.tolsma@fysioboz.nl
of 0164-262204

Nieuw!! De Wandelclub

Houd jij ook zo van een stevige wandeling dan is deze nieuw op te zetten activiteit iets voor jou.

1x in de 2 weken op zaterdagochtend een stevige wandeling van een uur met aansluitend een bakje koffie of thee.

Waar

Vertrek vanaf verschillende locaties in Roosendaal, in overleg

Wanneer

Zaterdag 1x in de 2 weken
10.00-11.45 uur

Vervoer

Naar vertrekpunt zelf regelen

Kosten

€4,00 per keer

Rolstoeltoegankelijk

Nee

Begeleiding

1 vrijwilliger per 5 deelnemers

Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl

Jeu de boules

Gezellig met elkaar jeu de boules spelen en in de pauze onder het genot van een consumptie bijkletsen.

Waar	Jeu de Boulesvereniging Petangeske, Bergen op Zoom (Sportpark Rozenoord)
Wanneer	Donderdag 19.30-21.00 uur, 1x per 2 weken; winter en bij slecht weer binnen, zomer buiten
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€65,00 per jaar
Aantal deelnemers	Onbeperkt, momenteel 12
Begeleiding	Zoveel als nodig is, verzorgd door Petangeske
Rolstoeltoegankelijk	Ja, op de binnen- en buitenbanen
Aanmelden bij W. Nout via sportloketwest@gmail.com of 0164-686102	

Avondvierdaagse

We lopen van maandag t/m donderdag elke avond 5 kilometer (je mag 1 avond missen). Er zijn voldoende vrijwilligers aanwezig om er een leuke, sportieve wandeltocht van te maken. Na afloop krijg je een medaille en een attentie.

Waar	Oudenbosch
Wanneer	Eerste week van juni 2016
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€3,00
Aantal deelnemers	Maximaal 20 deelnemers
Begeleiding	Voldoende
Rolstoeltoegankelijk	Nee
Aanmelden via Jacantonissen@hotmail.com of 0165-316579	

G-gym

Gymnastiek voor kinderen en jongeren van 6 tot 18 jaar. Er wordt getraind in kleine groepen met veel structuur en begeleiding. Plezier is onze motivatie en samen bewegen vinden we super! Elk seizoen wordt er een andere sport aangeboden: zoals tennis, volleybal enz.

Waar Turnzaal St. Jozef in Essen
Wanneer Woensdag 13-18 jaar: 16.30-17.30 uur
Woensdag 6-12 jaar: 17.30-18.30 uur
Vervoer Zelf regelen
Kosten Eénmalige administratiekosten: €15,00;
€65,00 voor een jaar lidmaatschap
(sept-juni)

Rolstoeltoegankelijk Nee

Begeleiding 3 vrijwilligers

Aanmelden bij B. van Aert via brigitte_vanaert@yahoo.com
of (0032) 036772910

Website: www.vlugenblij.be

Sport en spel instuif

Van basketbal tot turnen en tafeltennis tot handboogschieten. Kinderen met een beperking kunnen deelnemen aan deze afwisselende activiteiten.

Waar Gymzaal van ODT, Redbandsportpark,
Roosendaal

Wanneer Donderdag 15.45-16.45 uur

Vervoer Zelf regelen

Kosten €28,00 per kwartaal

Begeleiding 1 vrijwilliger

Rolstoeltoegankelijk Nee

Aanmelden bij A. van der Ent via a.v.d.ent@brabantsport.nl
of 06-41338563

Website: www.thor-roosendaal.nl

FITKIDS

FITKIDS is een fitness- en oefenprogramma dat speciaal is ontwikkeld voor kinderen met een chronische ziekte en/of beperking.

Waar	Metsj Point Roosendaal
Wanneer	Maandag 16.15-17.15 uur Woensdag 15.30-16.30 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	Vergoeding via zorgverzekeraar
Begeleiding	2 vrijwilligers
Rolstoeltoegankelijk	Na intakegesprek bespreekbaar
Aanmelden bij H. Kuijpers via info@vanzuilichemzorg.nl of 0165-512257	
Website: www.fitkids.nl	

Sportver. IRIS voor hart- en diabetespatienten

Voor volwassenen. Warming-up, tussenspel (zoals badminton, blokjes-voetbal, maar ook circuittraining en/of ademhalingsoefeningen, enz.). Daarna volleybal en cooling down. Invulling is variabel; van rustig tempo tot wat fanatieker.

Waar	Sporthal 'In de Roos' Roosendaal
Wanneer	Donderdag 19.00-22.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€ 100,00 per jaar
Begeleiding	Sportleid(st)ers
Rolstoeltoegankelijk	Na intakegesprek bespreekbaar
Aanmelden bij K. Willemen via irisroosendaal@gmail.com of 06-20443258	
Website: www.irisroosendaal.nl	

Boccia

Boccia wordt individueel en in teams van zowel twee als drie spelers gespeeld. De bedoeling is om een leren bal zo dicht mogelijk bij de witte bal (het doel) te gooien. Er wordt gegooid met blauwe en rode ballen. Deze sport is voor mensen met een meervoudige beperking.

Waar

Brede School Zwanehof
Roosendaal

Wanneer

Woensdag 11.00-12.00 uur,
1x per week

Vervoer

Zelf regelen

Kosten

€6,00 per maand

Begeleiding

1 vrijwilliger per 6 deelnemers

Rolstoeltoegankelijk

Ja

Aanmelden via a.v.d.ent@ssnb.nl

Vrolijke Ruitertje

Paardrijden opent een nieuwe wereld: even loskomen van je handicap, de aandacht richten op een ander: jouw vaste vriend: je paard. Samen met de vrijwilligers leer je hoe je moet paardrijden. Plezier en ontspanning staan hierbij voorop.

Waar

Hoogerheide, Etten-Leur en
Wouwse Plantage

Wanneer

Hoogerheide: zaterdagmiddag,
Etten-Leur: maandag- en donderdag-
avond, Wouwse Plantage: maandag-
en woensdagavond

Kosten

€72,50 per kwartaal

Begeleiding

Hangt af van wat nodig is

Rolstoeltoegankelijk

Ja

Aanmelden via info@hetvrolijkeruitertje.nl of 0164-244017
(bgg 0165-503683)

De Fitfabriek

Bij de Fitfabriek kun je terecht met al je vragen over het aangepast sporten.

De Fitfabriek ondersteunt bestaande sportverenigingen en stimuleert hen om hun sportaanbod te vergroten.

Denk hierbij aan bv. het opzetten van een G-team.

Daarnaast wil de Fitfabriek het sporten voor mensen met een beperking promoten.

Om een goed beeld te kunnen geven van de sporten binnen de regio Bergen op Zoom, Steenbergen,

Tholen en Halderberge is er een speciale site:

www.sportloketwest.nl

Hierop staan alle sporten die er in deze regio zijn voor mensen met een beperking.

SOOS EN ONTMOETING



WAT IS ER TE DOEN?

Soos

Gezellig kletsen, drinken en dansen samen met andere mensen met een verstandelijke beperking. De muziek wordt verzorgd door een DJ.

Waar

In de Pilaar, onder de Basiliiek
Oudenbosch

Wanneer

Vrijdag 20.00-23.00 uur, 1x per maand

Vervoer

Zelf regelen

Kosten

€2,00 per keer exclusief consumpties

Begeleiding

Voldoende begeleiding

Rolstoeltoegankelijk

Ja

Aanmelden bij R. Mulders via apcmulders@gmail.com
of 0165-317391

Kinderen- en jongerensoos

Een ochtend waar de kinderen en jongeren kunnen biljarten, voetballen, knutselen, muziek beluisteren en maken, verkleden, computeren enz. Ook zijn er regelmatig uitjes zoals b.v. een speurtocht of een boswandeling.

Waar

Gebouw 'de Uithof' in Bergen op Zoom

Wanneer

Zaterdag 10.00- 12.00 uur

Vervoer

Zelf regelen

Kosten

€1,50 per keer

Begeleiding

1 vrijwilliger per 5 deelnemers

Rolstoeltoegankelijk

Ja

Aanmelden via info@kansplusboz.nl

Vriendschapskring

In deze drukke tijden is het soms lastig om nieuwe vrienden te maken. De vriendschapskring is bedoeld om in contact te komen met andere mensen. Samen gaan jullie leuke activiteiten bedenken endoen!

Waar	Diverse locaties Bergen op Zoom e.o.
Wanneer	Woensdag 19.00-20.30 uur, 1x per 2 weken
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€5,00 per keer
Begeleiding	1 vrijwilliger per 5 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Nee
Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl	

Dinerclub

Samen uit eten gaan, is meer dan alleen maar lekker eten. Namelijk de gezelligheid van het onder elkaar zijn. Er zijn vijf dinerclubs die iedere maand uit eten gaan in een plaatselijk restaurant. Van tevoren krijg je een uitnodiging thuisgestuurd.

Waar	Bergen op Zoom, Roosendaal, Steenbergen, Oudenbosch
Wanneer	1x in de maand tussen 18.30-22.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	± €23,50 per keer, excl. consumpties
Begeleiding	1 vrijwilliger per 5 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Ja, tenzij anders aangegeven
Aanmelden via 3100@sdwzorg.nl	

Inloop

Inloopavond voor mensen met een (lichte) verstandelijke beperking. Samen met vrijwilligers en in onderling overleg met de cliënten worden de activiteiten bepaald.

Waar Wijkcentrum de Korenaere in Bergen
op Zoom

Wanneer Vrijdag 20.00-22.00 uur

Vervoer Zelf regelen

Kosten Gratis, consumpties volgens tarieven
wijkcentrum

Begeleiding 1 vrijwilliger per 5 deelnemers

Rolstoeltoegankelijk Ja

Aanmelden via g.bennaars@sdwzorg.nl

SOOS Dansschool QUICK&SLOW

Een avondje stappen met vrienden, zomaar wat kletsen, een pintje pakken, een potje biljarten of lekker uit je dak gaan op goede muziek. Dat kan bij soos 't Dijksteeke. Dé plek om je zaterdagavond door te brengen.

Waar Wijkcentrum 't Dijksteeke Roosendaal

Wanneer Zaterdag 20.00-23.00 uur, 1x per
2 weken

Vervoer Zelf regelen

Kosten €4,50 per keer. 2x gratis entree bij een
abonnement voor een heel seizoen.

Begeleiding 1 vrijwilliger per 10 deelnemers

Rolstoeltoegankelijk Ja

Aanmelden via dansschoolquickslow@gmail.com
of 06-30661810

Ouderensoos

Tijdens deze avond worden er op een ontspannen manier activiteiten ondernomen. Hierbij kun je denken aan spelletjes doen, biljarten, creatief bezig zijn, lekker kletsen en anderen ontmoeten.

Waar	Gebouw 'de Uithof' Bergen op Zoom
Wanneer	Vrijdag 19.00-21.00 uur
Vervoer	Zelf regelen
Kosten	€1,50 per keer
Begeleiding	1 vrijwilliger per 5 deelnemers
Rolstoeltoegankelijk	Ja
Aanmelden via info@kansplusboz.nl	