Zinvolle daginvulling
RIBW Nijmegen & Rivierenland
RIBW Ontmoet & Ontwikkel De Heidebloem
Heidebloemstraat 1

Programma november 2026

Jongvolwassenengroep

	Middag	Tijd	Avond	Tijd
Maandag	**Meet & Greet** Je kan binnenlopen voor een gesprek, een spelletje of om er gewoon te zijn.	13:30-16:00	**Eat & Meet** Een maaltijd en toetje voor 3 euro. Om 17:30 uur eten we. Geef je op voor 12:00 uur via facebook of bij Jacky. ***Extra*** **23-11** pannenkoekenavond	16:00-19:30
Donderdag	**Meet & Greet** Je kan binnenlopen voor een gesprek, een spelletje of om er gewoon te zijn. ***Elke donderdag*** Zwemmen Bij zwembad West om 13:30 uur (zonder begeleiding)	13:30-16:00	**Eat & Meet** Een maaltijd en toetje voor 3 euro. Om 17:30 uur eten we. Geef je op voor 12:00 uur via facebook of bij Jacky. ***Extra*** **19-11** tapasavond	16:00-19:30
Vrijdag	**Meet & Greet** Je kan binnenlopen voor een gesprek, een spelletje of om er gewoon te zijn. ***Elke vrijdag*** Life Goals Total body fit van 16:00-17:00 uur. Joan gaat mee	13:30-15:30	**Geen avondprogramma**	
Zondag			Inloop voor zowel jongvolwassenen als volwassenen	13:30-16:00

Het is niet verplicht om deel te nemen aan de activiteiten op dit programma. Je kan dus ook komen en meekijken, iets anders doen of even niks doen.

Voor meer informatie over activiteiten op het maandprogramma kan je contact opnemen met Jacky Leegstraten (0652542647).