

	Ochtend	Tijd	Middag/Avond	Tijd
Maandag	Draadkracht (naaiatelier)	09.00 - 12.30	Draadkracht (naaiatelier)	13.30 - 16.00
	Catering	09.30 - 14.00	Creatief	13.30 - 15.30
	Inloop	09:30 - 12.30	Art-tics vrij tekenen/schilderen	13.30 - 16.00
	Creatief	10.00 - 12.30	*Jongvolwassenen	13.30 - 16.00
	Boksen	10.00 - 12.30	Cliëntenplein	13.30 - 16.00
	Workshop Grafiek	10.00 - 12.30	Stemmen horen spreekuur	14.00 - 16:00
			Koffie en ontmoet	13.30 - 16.00
			Herstellwerkplaats (Popelier)	14:00 - 16:00
			*Jongvolwassenen Kook en ontmoet	16.00 - 19.30
Dinsdag	Draadkracht (naaiatelier)	09.00 - 12.30	Draadkracht (naaiatelier)	13.30 - 16.00
	Koffie & Ontmoet	10.00 - 12.30	Inloop	13.30 - 16.00
	Art-tics zelfstandig werken	09.30 - 12.30	Art-tics tekenen & schilderen	13.30 - 16.00
	Creatief	10.00 - 12.30	Creatief	13.30 - 16.00
	Fotostudio	10.00 - 12.30	Kook en ontmoet	16.00 - 19.30
	Crea-Workshop prikkelarme omgeving	10.30 - 12.30	Muziek	13.30 - 15.30
Woensdag	Draadkracht (naaiatelier)	09.00 - 12.30	Koffie & Ontmoet	13.30 - 16.00
	Catering	09.30 - 14.00	Art-tics ruimtelijk vormgeven	13.30 - 16.00
	Inloop	09.30 - 12.30	Textiel & Creatief	13.30 - 16.00
	Art-tics vrij tekenen & schilderen	10.00 - 12.30	Koor <i>UITZINGIG</i>	13:30 - 15:00
	Creatief	10.00 - 12.30		
	Fotostudio Schrijfgroep	10.00 - 12.30		
Donderdag	Draadkracht (naaiatelier)	09.00 - 12.30	Draadkracht (naaiatelier)	13.30 - 16.00
	Catering	09.30 - 14.00	Inloop	13.30 - 16.00
	Koffie & Ontmoet	10.00 - 12.30	Art-tics tekenen & schilderen	13.30 - 16.00
	Art-tics tekenen & schilderen	10.00 - 12.30	Blikvanger	13.30 - 16.00
	Vrouwengroep	10.00 - 12.30	*Jongvolwassenen	13.30 - 16.00
			Wandelgroep beginners	14:00 - 15:00
			Muziek maken	13.00 - 14.30
	Muziekles	10.00 - 12.00	Muziek Popgroep 'The Rollers'	14:30 - 16:00
			Muziektheorie	16:00 - 17:00
			*Jongvolwassenen kook en ontmoet	16.00 - 19.30
	Stemmenhoordersgroep Elke 1e donderdag is er een online bijeenkomst elke 3e donderdag is een fysieke bijeenkomst op Htien		Aanmelden via Robin Timmers r.timmers@ribw-nr.nl , 06 - 227 68 271	13:00 - 15:00
Vrijdag	Muziek Popgroep 'Sudoku'	10.00 - 12.30	Art-tics ruimtelijk vormgeven	13.30 - 16.00
	Inloop	09.30 - 12.30	Muziek luisteren	14.00 - 16.00
	Art-tics vrij tekenen & schilderen	10.00 - 12.30	Koffie & Ontmoet	13.30 - 16.00
	Creatief	10:00 - 12:30	*Jongvolwassenen	13:30 - 15:30
			*Jongvolwassenen (Life Goals)	16:00 - 17:00
			Kook en ontmoet	16.00 - 19.30
Zondag			Koffie en ontmoet	13.30 - 16.00

	Ochtend	Tijd	Middag/Avond	Tijd
Maandag			Wandelen	12.45 - 16.30
	Dagbesteding Wijkkamer de horst voor 60+ 10.00 – 16.00 Voor meer info kun je contact opnemen met Melanie van Megen m.m.v.megen@ribw-nr.nl		Dagbesteding Wijkkamer de horst voor 60+	10.00 – 16.00
			Nuts - inloop	15.00 - 17.30
	Creatief voor vrouwen op de Tuinclub	13:00 – 15:30	Yoga (Live en online te volgen)	15.00 – 16.30
Dinsdag	Tuinclub	09.30 - 12.30	Tuinclub	13.30 - 16.00
			Life goals - voetbal bij Orion	15.00 - 16.00
			Life Goals Sport en Spel	14.00 – 15.00
			Nuts - inloop	17.00 – 20.00
			Blikvanger	13.00 - 1530
Woensdag	Tuinclub	09.30 - 12.30	Tuinclub	12.00 - 16.00
			WRAP	12.30 – 15.00
	Yoga	11.00 - 12.30	Life goals – Boksen Aanmelden via Anne Reinders: a.reinders@ribw-nr.nl	14.30 - 15.30
	Dagbesteding Wijkkamer de horst voor 60+ 10.00 – 16.00 Voor meer info kun je contact opnemen met Melanie van Megen m.m.v.megen@ribw-nr.nl		Dagbesteding Wijkkamer de horst voor 60+	10.00 – 16.00
			Nuts – inloop	15.00 – 17.00
			Zaalsport	15.00 - 16.30
	Groen activiteit Wijchen	10.00 – 12.30	Groen activiteit Wijchen	12.30 - 15.00
Donder dag	Tuinclub	9.30 - 12.30	Tuinclub	13.30 - 16.00
	Zwemmen	11.00 –13.00	Nuts - inloop	17.00 – 20.00
			Boksen of krachttraining	12.30 - 13.30
Vrijdag			Nuts - inloop	17.00 – 20.00
			Life goals - voetbal bij Orion	16.00 - 17.00
			Jongvolwassenen: Life goals – total body fit	16.00 – 17.00
			Hardloopgroep	14:00 – 15:30
Zaterdag			Nuts - inloop	12:00 - 15:00

Aanmelden

Om je aan te melden voor één of meerdere van de activiteiten uit het overzicht kun je binnen openingstijden bellen met de bereikbaarheidstelefoon van:

- **Nijmegen | Htien:** 06 55 36 68 98