

MAANDAG	TIJD	ACTIVITEIT	PARTICIPATIECOACH	LOCATIE	ADRES	KOSTEN
	10:00 - 11:00	Eitje leren bakken	René	Trefpunt	Heuvelstraat 35	
	10:00 - 12:00	Zwemmen	Kim	Verzamelen voor Trefpunt	Heuvelstraat 35	
	10:00 - 12:00	Tuin	Liza-Marie	Tuinkas	Heuvelstraat 9b	
	13:00 - 16:00	Creatief/Tuin	Kim	Tuinkas	Heuvelstraat 9b	
	13:00 - 14:30	Wandelen	Liza-Marie	Verzamelen voor Trefpunt	Heuvelstraat 35	
	15:30 - 17:30	Koken ART op A	René	Afdeling A	Heuvelstraat 35	

DINSDAG	TIJD	ACTIVITEIT	PARTICIPATIECOACH	LOCATIE	ADRES	KOSTEN
	09:00 - 12:00	Tuin	Kim	Tuinkas	Heuvelstraat 9b	
	09:00 - 12:00	Leren koken	René	Trefpunt	Heuvelstraat 35	
	13:00 - 16:00	Muziek	Willemijn	Trefpunt	Heuvelstraat 35	
	13:00 - 16:00	Tuin	Kim	Tuinkas	Heuvelstraat 9b	
	15:30 - 17:30	Koken ART op A	René	Afdeling A	Heuvelstraat 35	

WOENSDAG	TIJD	ACTIVITEIT	PARTICIPATIECOACH	LOCATIE	ADRES	KOSTEN
	09:00 - 10:00	Eitje leren bakken	René	Trefpunt	Heuvelstraat 35	
	10:00 - 12:00	Afdeling A	René, Liza-Marie	Heuvelstraat 35	Heuvelstraat 35	
	09:00 - 12:00	Tuin	Amber	Tuinkas	Heuvelstraat 9b	
	10:00 - 12:00	Meditatie	Willemijn	Stiltecentrum	Heuvelstraat 35	
	13:00 - 16:00	Hier en Nu	Amber, Liza-Marie	Trefpunt	Heuvelstraat 9b	
	13:00 - 16:00	Koningshoeven	Bram	Abdij de Koningshoeven	Eindhoveneweg 33	
	15:30 - 17:30	Koken ART op A	René	Afdeling A	Heuvelstraat 35	

DONDERDAG	TIJD	ACTIVITEIT	PARTICIPATIECOACH	LOCATIE	ADRES	KOSTEN
	09:00 - 12:00	Tuin	Kim	Tuinkas	Heuvelstraat 9b	
	09:00 - 12:00	Leren koken	René	Trefpunt	Heuvelstraat 35	
	10:30 - 11:30	Koor	Liza-Marie	Stiltecentrum	Heuvelstraat 35	
	13:00 - 16:00	Muziek	Frank	Trefpunt	Heuvelstraat 35	
	13:00 - 16:00	Tuin	Liza-Marie	Tuinkas	Heuvelstraat 9b	
	15:30 - 17:30	Koken ART op A	René	Afdeling A	Heuvelstraat 35	

VRIJDAG	TIJD	ACTIVITEIT	PARTICIPATIECOACH	LOCATIE	ADRES	KOSTEN
	09:00 - 12:00	Bloemschikken	Liza-Marie, Kim	Tuinkas	Heuvelstraat 9b	€2,00
	13:00 - 16:00	Weekafsluiting	Liza-Marie, Kim	Trefpunt/tuinkas	Heuvelstraat 35	
	13:00 - 16:00	Koningshoeven	Bram	Abdij de Koningshoeven	Eindhoveneweg 33	

Aanvullende informatie:

Voor aanmelden of informatie over aanmelden: Secretariaat Werken en Leren: 088 0165800

[secretariaatwerkenenleren@ggzbreburg.nl](mailto:secretariaatwerkenenleren@ggzbreburg.nl)



# NIEUWS DONGEN

Februari 2025

## EXCURSIES

We zijn volop bezig met het plannen van de excursies voor 2025 en willen graag **jouw** ideeën horen! Heb jij een interessante bestemming in gedachten, een plek die je graag samen met anderen zou willen ontdekken, of misschien een activiteit die je altijd al eens hebt willen doen? Dit is je kans om jouw input te delen!

Of het nu gaat om een culturele trip, een natuurwandeling, een museumbezoek, of iets totaal anders, we staan open voor alle suggesties. We willen graag excursies organiseren die aansluiten bij de interesses, dus jouw stem is voor ons ontzettend belangrijk.

**Hoe kun je je ideeën delen?** Deel je suggesties met de participatiecoaches. Zij zullen de ideeën verzamelen, bespreken en de selectie bekend maken.

De input die we verzamelen, helpt ons bij het samenstellen van een gevarieerd en inspirerend excursieprogramma voor het komende jaar. Dus, laat ons weten waar jij enthousiast van wordt, en wie weet gaan we binnenkort samen op pad!



## START 2 NIEUWE COLLEGA'S

We hebben nieuws!

Per 1 februari en 1 maart verwelkomen we 2 nieuwe **participatiecoaches** binnen ons Werken en Leren Team.

We kijken ernaar uit om samen nieuwe kansen te creëren en ons activiteitenaanbod verder te ontwikkelen.

## BEREIKBAARHEID WERKEN & LEREN

- Amber Arts 0653832186
- René Vriends 0620346481
- Liza-Marie Houwen 0657810521
- Willemijn Suykerbuijk 0613333239
- Kim van Zon
- Frank Macville



## VIRUS

Zoals iedereen wel heeft gemerkt heeft het GGz Breburg terrein in Dongen last gehad van een virus. Dit had ook invloed op het Trefpunt en onze geplande activiteiten. In verband met de gezondheid en veiligheid van iedereen, zijn er tijdelijk maatregelen genomen om verdere verspreiding van het virus tegen te gaan.

**Geannuleerde en aangepaste activiteiten:** Daarnaast moesten we helaas een aantal van onze activiteiten annuleren of uitstellen. Gelukkig was er de mogelijk-

## NIEUW IN ONZE ACTIVITEITEN: WANDELEN!

We zijn enthousiast om een nieuwe activiteit aan te bieden die zowel goed is voor je gezondheid als voor je ontspanning: **wandelen!** Of je nu graag in een groep wandelt of liever solo de natuur in trekt, voor iedereen is er een mogelijkheid om mee te doen.

**Wandelen in Groep:** Elke maandagmiddag organiseren we een gezellige wandeltocht in groepsverband. Dit is een perfecte manier om anderen te ontmoeten, samen van de natuur te genieten en in beweging te blijven. We zorgen voor een ontspannen tempo, zodat iedereen mee kan doen, ongeacht je conditie. Na de wandeling is er altijd tijd voor een gezellige afsluiting, bijvoorbeeld met een kopje koffie of thee.

**Individueel Wandelen:** Wil je liever op eigen tempo wandelen, dan kan dat natuurlijk ook! Wanneer er ruimte is bieden de participatiecoaches individuele wandelmomenten aan. Vraag dit zeker even na als je hier geïnteresseerd in bent!

Wandelen is niet alleen goed voor je fysieke gezondheid, maar ook voor je mentale welzijn. Het helpt je te ontspannen, de stress van de dag los te laten en je gedachten even de vrije loop te laten.

Dus trek je wandelschoenen aan, kom in beweging en sluit je aan bij een van onze wandelmomenten. We kijken ernaar uit om samen met jou de frisse lucht in te gaan!

