



Nummer 71, Stichtse Vecht 10 oktober 2025

Beste Vechtse Plussers,

Er is de komende periode weer van alles te doen:

**Lezing “Op safari in Afrika” 17/10 of 20/10** cultuur  
**Wandelen 22/10** sport  
**Kookgroep Vechtse Smullers 12/10** sociaal  
**Lunchgroep 14/10** sociaal  
**Happy Hour 24/10** sociaal  
**Leeskring 24/10** cultuur  
**Kook/eetgroep ALTIJD WAT 26/10** sociaal  
**Filosofiegroep Samen denken 30/10** zingeving  
**Interactief kunst kijken 31/10** cultuur  
**Spelletjes 31/10** sociaal  
**POWER UP 4/11** zingeving  
**Kook/eetgroep De Groene Keuken 12/11** sociaal  
**Colleges OGJG Vrouw in de kunst Élisabeth Vigée-Lebrun 14/11** cultuur  
**Goed gesprek 17/11** zingeving  
**Koffie/thee drinken 19/11** sociaal  
**Kookgroep Vechtse Kokers 9/1** sociaal

**Zet alvast in je agenda en laat je stem dan zeker horen:  
Algemene Ledenvergadering 6/11 14.00 uur in Dorpshuis Maarssen  
met interactief voorprogramma “De Vechtse Plussers kijken  
vooruit!”**

*Heb je ideeën over te organiseren activiteiten of zoek je medestanders,  
laat het ons dan weten! Wij gaan dan op zoek naar wat mogelijk is!*

Je kunt altijd als niet-lid meedoen met onze activiteiten. Na vrijblijvend drie keer vragen we je bij ons aan te sluiten: voor slechts €25 per jaar (of €35 per stel) blijf je deel uitmaken van ons veelzijdige programma. Een kleine bijdrage voor een groot plezier!

Dus voor nieuwe bezoekers... waar wacht je nog op? Sluit je aan bij de **Vechtse Plussers** en ervaar zelf hoe leuk, inspirerend en gezellig het is: klik op

<https://vechtseplussers.nl/lid-worden-2024/>



## ELKAAR ONTMOETEN

Doe mee met onze gezellige bijeenkomsten!

Kom op vrijdag **24 oktober van 16.00 tot 18.00 uur** voor een ontspannen **Happy Hour**. De locatie is deze keer **De Dorpsgek**, Kaatsbaan 31 te **Maarsseoord**. Er dient wel direct gepind te worden. Parkeren kan op het Pieter de Hooghplein.

Noteer alvast de volgende Happy Hour datum: Vrijdag 19 december

Daarnaast organiseren we op vrijdag **19 november** weer een gezellige **koffie/thee** bijeenkomst om **15.00 uur**. Locatie volgt.

Voor beide bijeenkomsten geldt dat de consumptie(s) voor eigen rekening zijn.

Meld je aan door een e-mail te sturen naar [activiteiten@vechtseplussers.nl](mailto:activiteiten@vechtseplussers.nl)

en vermeld duidelijk voor welke activiteit(en) je je inschrijft. We kijken ernaar uit je te verwelkomen!



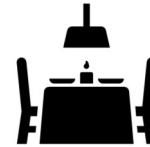
## WANDELGROEP

Ze hebben met elkaar afgesproken om **elke 2<sup>de</sup> en 4<sup>de</sup> woensdag van de maand** met elkaar te gaan wandelen **altijd om 10.00 uur**.

Op **22 oktober** gaan ze wandelen in het stiltegebied van Tienhoven. Om 10.00 uur verzamelen ze bij de Museum Vredegoed, Heuvellaan 7 te Tienhoven.

**Opgeven** graag voor wie niet in de app zit via [activiteiten@vechtseplussers.nl](mailto:activiteiten@vechtseplussers.nl).

Verder gaan ze wandelen op 12/11, 26/11 en zo verder.



## KOOK- EN EETGROEPEN

We hebben nu meerdere groepen:

De groep **VECHTSE KOKERS** kwamen op **3 oktober** weer bij elkaar. De gastvrouw had weer voor een fantastisch diner gezorgd helemaal in herfst sfeer. Het menu was bijzonder en heel origineel: broccolisoup in een uitgehold broodje, 'ingepakte' kipfilet met herfstgroenten en tot slot een prachtig ogend toetje in de vorm van een sinaasappel crème in een halve sinaasappel met roomijs. Dit alles was door de dames zelf bereid. Bovendien was de tafel prachtig versierd met herfstdecoraties. Ze hebben genoten, niet alleen van het heerlijke eten maar ook van de onderlinge gesprekken. Op **9 januari** is het volgende diner **om 17.30 uur** in **Maarsseoord**.

De groep **ALTIJD WAT** komt op **26 oktober** bij elkaar in **Maarsseoord**: ze hebben genoeg deelnemers!

Kookgroep **VECHTSE SMULLERS** hebben het prima met elkaar en komen **12 oktober** weer samen.

De **VEGETARISCH KOOK/EETGROEP** heet vanaf nu **DE GROENE KEUKEN**. De vorige bijeenkomst was heel gezellig en had een Mexicaans tintje. Op woensdag **12 november** om **16.00 uur** komen zij weer bij elkaar in **Maarsseoord** om lekker met elkaar te koken en te eten.

**LUNCHGROEP**: op dinsdag **14 oktober** komen ze weer bijeen om **12.30 uur** in het **tuincafé van tuincentrum Vechtweelde** (Herenweg 35 te **Maarsseoord**)

Wil je meedoen met één van deze groepen? Stuur dan ook een mail naar

[activiteiten@vechtseplussers.nl](mailto:activiteiten@vechtseplussers.nl) met opgave van je voorkeur bij welke groep je wilt aansluiten.



## "POWER-UP GROEP",

### Krachtig en gezond oud worden, samen!

Afgelopen keer spraken zij over het onderwerp: Hoe voorkom je slaapgebrek? Dat leverde een goed gesprek op met 5 dames in een zonnige tuin:

*"Slapen is een basisbehoefte en zou vanzelf moeten gaan, maar dat is helaas niet altijd zo.*

Gelukkig slapen we over het algemeen best goed. Maar..... wij hebben wel allemaal voor onszelf werkende 'trucjes' om slaapgebrek te voorkomen. Die trucjes willen wij met jullie delen:

- ✓ Een app beluisteren zoals mindfulness, yoga of rustige muziek;
- ✓ Saaie boeken lezen, of een kruiswoordpuzzel maken;
- ✓ Oordoppen als je stilte wilt om je heen;
- ✓ Afleiding zoeken door woorden of namen te bedenken met een bepaalde letter van het alfabet;
- ✓ Aan leuke dingen denken die je hebt beleefd;
- ✓ Een koude slaapkamer of een koud bed of juist warme kruik;
- ✓ 4-4-4-4 ademhaling = 4 tellen inademen, 4 tellen vasthouden, 4 tellen uitademen en 4 tellen wachten voor je weer inademt. Eerst oefenen terwijl je wakker bent😊

**Doel van deze gesprekken:** Zij luisteren naar elkaar, delen ideeën, steunen en motiveren elkaar op een positieve en inspirerende manier.

Voor het volgende gesprek in **Maarsseburg** op dinsdag **4 november, start 14.00 uur – circa 15.30 uur** staat de vraag *"Bewegen maar hoeveel dan?"* centraal. Neem dan graag € 2,00 mee voor hun potje.

Wil jij ook meedoen? Meld je dan aan bij [activiteiten@vechtseplussers.nl](mailto:activiteiten@vechtseplussers.nl) onder vermelding van Power Up en dan ontvang je daarna het adres. Er kunnen nog enkele mensen bij!



## SPELLETJES

De volgende bijeenkomst is op vrijdag **31 oktober om 19.30 uur in Breukelen**.

Graag opgeven bij [activiteiten@vechtseplussers.nl](mailto:activiteiten@vechtseplussers.nl) onder vermelding Spelletjes en dan volgt ook de nadere locatie. Er kunnen nog mensen bij!!



## ZIN IN EEN GOED GESPREK?

Wil je eens echt doorpraten over wat jouw leven betekenis geeft? Wat betekent het voor jou om ouder te worden, en hoe pakken anderen dat aan? Waar haal je je energie uit, en hoe ga je om met levensvragen zoals ziekte of het verlies van dierbaren?

In deze gesprekken duiken we in thema's rondom zingeving en ouder worden. Elke bijeenkomst staat in het teken van een ander inspirerend onderwerp.

Ben je benieuwd? Je bent van harte welkom om mee te doen en te ontdekken of dit iets voor jou is. Graag even van te voren aanmelden als je niet bij de kerngroep zit.

**Plaats: Verrijzeniskerk, Reigerskamp 611, Maarssenbroek**

Op 13/10 gaan ze met de vaste groep lunchen en is er geen reguliere bijeenkomst.

**Datum:** maandagmiddag **17 november van 15.00 – 16.45 uur.**

**Kosten:** € 2 per keer per deelnemer inclusief consumptie.

Informatie via [activiteiten@vechtseplussers.nl](mailto:activiteiten@vechtseplussers.nl)

Verder willen ze weer samenkomen op 8/12.

## COLLEGES OGJG



Op 8 oktober is de collegereeks **DANSENDE HERSENEN: HOE MUZIEK DE HERSENEN BESPEELT** van start gegaan gegeven door studentdocent Marianne. Zij nam ons mee op een boeiende reis van buiten het oor, door het oor naar de hersenen.



In november komt studentdocent **Luuk Spee** weer college geven over **VROUW IN DE KUNST ÉLISABETH VIGÉE-LEBRUN**. Op vrijdag 14/11, maandag 17/11, vrijdag 28/11 en maandag 1/12 van 19.00-20.00 uur ook in het **Dorpshuis te Maarssendorp**. Hij vertelt erover het thema:

*Van Petite Histoire tot Grand Récit:  
De wereld van Élisabeth Louise Vigée-Lebrun.*

*Élisabeth Vigée-Lebrun (1755-1842) behoort ongetwijfeld tot de grootste kunstenaars van haar tijd. Door haar rol als portrettiste aan het hof van Marie-Antoinette, kende zij de weelderige wereld van parfums, bals en glanzende japonnen als geen ander. In dit college stappen we in het voetspoor van deze intrigerende vrouw die de kunstgeschiedenis met haar schalkse glimlach voor altijd heeft beïnvloed. We maken niet alleen kennis met het werk van Vigée-Lebrun, maar we duiken ook in haar biografie.*

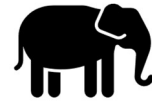
*We volgen de schilderes door de salons van Parijs en de gangen van Versailles waar ze zich als zelfstandige vrouw staande hield in een door mannen gedomineerde kunstwereld. Haar leven wordt echter op de kop gezet door de Franse Revolutie. Terwijl de guillotine haar eerste slachtoffers van hun nekken ontdoet, vlucht onze kunstenares naar het buitenland. Lukt het Vigée-Lebrun om zich opnieuw te bewijzen?*

*De collegereeks zal bestaan uit vier colleges waarin we telkens één periode uit het leven van de portrettiste zullen bezoeken. Af en toe trekken we de lens breder, waarbij we duiken in de grotere historische ontwikkelingen van de late achttiende en*

vroege negentiende eeuw en we maken we kennis met het artistieke klimaat van deze periode. Voorkennis niet nodig.

**Kosten:** €12,50 voor Vechtse Plussersleden en €15,00 voor niet-leden voor een reeks van 4 colleges binnen dit thema.

Graag **aanmelden** via [activiteiten@vechtseplussers.nl](mailto:activiteiten@vechtseplussers.nl) onder vermelding van OGJG november.



## LEZING “OP SAFARI IN AFRIKA”



Droom jij ervan om oog in oog te staan met een leeuw, olifant of luipaard? Ben je nieuwsgierig hoe je thuiskomt met adembenemende wildlife foto's? Of wil je gewoon nog eens wegdromen bij het zien van de ongerepte Afrikaanse natuur?

De Breukelse natuurfotograaf **Fred Bisschop** neemt je mee op een visuele reis door Afrika. Hij reisde vele malen door Kenia, Botswana, Namibië en Zuid-Afrika en legde er de meest indrukwekkende dieren vast. Tijdens deze lezing deelt hij een selectie van zijn mooiste foto's en vertelt hij de verhalen erachter.

Je ziet niet alleen de beroemde Big Five, maar ook de Ugly Five, de Samburu Special Five en talloze andere fascinerende dieren. Het wordt een bijeenkomst vol verrassingen, prachtige beelden en inspirerende verhalen.

Fred Bisschop won internationaal erkenning met zijn bekroonde foto van de zwarte sterren in Kockengen. Wil je alvast een voorproefje? Neem ook eens een kijkje op [www.fredbisschop.nl](http://www.fredbisschop.nl).

Hij stelt de volgende data voor en de meeste stemmen gelden: vrijdagmiddag 17 oktober van 14.00 tot 16.00 uur of op maandag 20 oktober van 19.30 tot 21.30 uur.

Heb je interesse voor deze lezing, geef je dat dan aan via

[activiteiten@vechtseplussers.nl](mailto:activiteiten@vechtseplussers.nl) onder vermelding Safari. Na opgave volgt de locatie.

**Ga mee op safari – gewoon vanuit je stoel!**



## KENNISMAKING MET DE KUSSENMAKERS

De Kussenmakers zijn een enthousiaste groep betrokken mensen — momenteel actief vanuit de **Dorpskamer in Nigtevecht** — die met naald, draad en een flinke dosis warmte de wereld een beetje mooier willen maken. Achter hun naaimachines creëren zij met liefde unieke handgemaakte producten: kussens, vlaggen, tassen en nog veel meer moois. Elk stuk is met zorg gemaakt en heeft zijn eigen verhaal.

Alles wat De Kussenmakers gebruiken — van stoffen tot naaimachines — is gedoneerd. En alle makers werken vrijwillig en belangeloos. Daardoor kan **de** volledige opbrengst ten goede komen aan een prachtig doel: **Artsen zonder Grenzen**.

Wil je meer weten of zien wat zij maken? Kijk dan op [www.kussenmakers.nl](http://www.kussenmakers.nl).

De Vechtse Plussers willen dit hartverwarmende initiatief graag helpen verspreiden, zodat het ook op andere plekken kan groeien.

Heb je belangstelling om te horen wat er allemaal mogelijk is of om misschien zelf

aan te sluiten? Laat het ons weten via [activiteiten@vechtseplussers.nl](mailto:activiteiten@vechtseplussers.nl) onder vermelding van *Kussenmakers*.

Samen maken we de wereld — steek voor steek — een beetje mooier.



## FILOSOFISCH THUISCAFÉ

Op dit moment zijn er twee filosofische thuiscafés met resp. 5 en 6 deelnemers. De beide cafés plannen ongeveer om de 6 weken een bijeenkomst. De onderwerpen die aan de orde komen worden door de deelnemers zelf ingebracht en beide cafés hebben de voorkeur om het aantal deelnemers niet verder uit te breiden.

Een derde filosofisch thuiscafé kan dus in het leven worden geroepen:

Het gaat om zoekers naar wijsheid door met elkaar in gesprek te gaan en elkaar te bevragen: het is immers moeilijk om in je eentje te denken. In een ongedwongen gesprek over een van tevoren met elkaar gekozen thema gaan ze praten en ieder bereid dat op zijn eigen manier voor. Ze praten over achtergronden, overtuigingen, meningen en soms onbewuste vooroordelen, waarbij ze proberen die gezamenlijk te verduidelijken.

Bij de eerste bijeenkomst is geen professionele begeleiding: het is dus geen studiegroep en geen debatingclub, het gaat niet over overtuigen of je gelijk krijgen. De groep komt om beurten bij een van de deelnemers thuis en bepaalt zelf hoe lang en hoe vaak ze bij elkaar komen, met koffie of thee of water: vandaar de naam Thuiscafé.

Er is hulp beschikbaar voor achtergrondinformatie en voor de eerste bijeenkomst.

Mocht je belangstelling hebben of meer informatie willen dat kan dat door een e-mail te sturen naar [activiteiten@vechtseplussers.nl](mailto:activiteiten@vechtseplussers.nl)



## LEESKRING VECHTSE PLUSSERS

De volgende Leeskring is op vrijdag **24 oktober om 19.30 uur in Maarssebroek**.

Ze bespreken dan de “De rat van Amsterdam” door Pieter Waterdrinker.

Je kunt je opgeven bij [activiteiten@vechtseplussers.nl](mailto:activiteiten@vechtseplussers.nl) en daarna ontvang je het adres. De groep bestaat nu uit 4 deelnemers en er kunnen nog 2 deelnemers bij.



## JEU DE BOULES GROEP

Op **donderdagmiddagen** kun je vanaf **13.30 - 15.00 uur** spelen met iets meer mensen die via MOmenz bij elkaar zijn gekomen: de **Groep Goudestein (naast achterzijde gemeentehuis)**. Er is halverwege een korte pauze waarin je zelf meegebracht sap of water kunt drinken.

Doe goede kleding aan, eventueel een zonnebril, zonnebrand, een petje en goede schoenen. De 4 banen liggen naast wat bomen waarin de eikenrups huist. De gemeente heeft al het een en ander weggezogen, maar kleeft je uit voorzorg goed aan!

Neem je eigen ballen mee. Als je moeite hebt met het oprapen, kun je een magneetje kopen om ze op die manier op te rapen (te koop in sportzaken zoals Decathlon bij de Wal).

Voor de mensen uit **Maarssebroek**: er zijn 3 banen beschikbaar. Je vindt de Jeu-de-boules banen tegenover restaurant Ming & Ming en de Indian Food Corner bij de flats met de gele balkons.

De vaste speeltijden zijn daar: **dinsdags van 10.00 tot 11.30 uur en donderdag van 13.30 tot 15.00 uur.**

Heb je interesse, stuur dan een mail naar [activiteiten@vechtseplussers.nl](mailto:activiteiten@vechtseplussers.nl) onder vermelding van JEU DE BOULES GROEP Maarssen of Maarssenbroek. Iemand meenemen mag natuurlijk altijd.

## INITIATIEFGROEP KNARRENHOF STICHTSE VECHT



De eerste en wellicht ook grootste uitdaging bij het realiseren van een Knarrenhof is het vinden van een geschikte locatie. Dat is in Stichtse Vecht niet anders. Een goede locatie moet aan een aantal voorwaarden voldoen. Naast voldoende omvang voor de bouw van zo'n 20 woningen, waarbij de omvang weer afhangt of er grondgebonden (huis met een klein tuintje) of gestapeld (appartementen) gebouwd kan worden, is ook de ligging ten opzichte van voorzieningen van belang. Voorzieningen als winkels, zorg en openbaar vervoer moeten in de nabijheid zijn. Wij hebben in de afgelopen periode over verschillende mogelijke locaties contact gehad met grondeigenaren, projectontwikkelaars en de gemeente. Dat heeft nog niet geleid tot een concrete mogelijkheid, maar wellicht wel tot mogelijkheden op langere termijn.

Natuurlijk blijven wij de ontwikkelingen rond deze locaties volgen, maar hebben wij ook een open oog voor mogelijke andere locaties binnen onze gemeente. En staan wij graag open voor suggesties en tips over kansen voor toekomstige locaties voor een Knarrenhof!

Mail [StichtseKnarren@VechtsePlussers.nl](mailto:StichtseKnarren@VechtsePlussers.nl) voor tips en info.

## LINK VOOR HET AANMELDEN VAN EEN NIEUW LID



Weet je iemand die graag lid wil worden, stuur dan de link <https://vechtseplussers.nl/lid-worden-2024/> naar die persoon toe zodat hij/zij zich makkelijk kan opgeven en mee kan doen met onze vereniging.

Weet je ook dat je een lidmaatschap **cadeau** kan doen? Kijk dan eens op onze site <https://vechtseplussers.nl/de-vereniging/> onder LID WORDEN.

## SUGGESTIES VANUIT DE LEDEN:



### . CODE BLAUW THEATERSHOW

Voormalig politiewoordvoerder van Amsterdam **Klaas Wilting** heeft meer dan dertig jaar bij de politie Amsterdam gewerkt en heeft in die periode het nodige meegemaakt: de opkomst van de drugshandel, Heineken ontvoering, de moord op Klaas Bruinsma, Yab Yum, krakersrellen, Kroningsrellen en nog veel meer.

Hij stond door zijn werk als woordvoerder vaak vooraan bij zulke gebeurtenissen en heeft dan ook genoeg verhalen om een avond mee te vullen.

Op vrijdag **17 oktober** om **19.30 uur** komt hij in het **Dorpshuis**, Vondelstraat 51 te **Maarsse dorp** om met **Code Blauw** een emotionele, spannende en leerzame theatershow neer te zetten met veel verhalen en informatie, aangevuld met mooie filmbeelden uit zijn tijd bij de politie. Het wordt een gezellig samenzijn van inwoners uit Maarssen en omgeving bij een interessante show.

Er zijn nog enkele kaarten beschikbaar via <https://ticketl.ink/nhIHY>.

## . KOOR POLDERMODELLEN

Sinds 2 jaar zing Paul met veel plezier mee als bas met het Project koor de Poldermodellen. Zij repeteren op donderdagavond en hebben een gemengd repertoire van oudere en nieuwe popmuziek, met populaire Nederlandse, Franse en Engelse "klassiekers". Zij bereiden zich voor op een concert op 18 april 2026 o.l.v. dirigente Bertie van Sevenbergen. Daarna zijn er geen repetities tot half september. De Poldermodellen is een groot koor van bijna 50 leden maar nog op zoek naar mannenstemmen en alten. Ze zingen in 't Web (dorpshuis) in Loenen op donderdag van 20-22 uur.

Kijk voor meer info op onze website <https://www.depoldermodellen.nl/> of mail Paul: [p.mensink@kpnmail.nl](mailto:p.mensink@kpnmail.nl) voor info of om eens een keer mee te zingen.

## . SAMEN-VITAAL-MARKT

Wij staan er ook: kom gerust langs!



**Organiseren**

**Samen-Vitaal-Markt**  
in Winkelcentrum Bisonspoor

Diverse maatschappelijke organisaties presenteren zich en informeren de bezoekers hoe je zo lang mogelijk gezond en vitaal kunt blijven.

Wat hebben deze maatschappelijke organisaties u te bieden,  
Bij wie kunt u zich aansluiten om Samen Vitaal te blijven,  
Bij welke organisatie wilt u zich aansluiten als vrijwilliger?

**Datum: 18 oktober 2025**  
**Tijd: 10.00 tot 16.00**  
**Locatie:**  
**Winkelcentrum Bisonspoor**  
**op het centrale plein**

Deze markt is mede mogelijk gemaakt door winkelcentrum Bisonspoor. 

## . LUISTER EENS DEZE PODCAST

[RTV Stichtse Vecht - Bruggesprekken: zo goed, gezond en gelukkig mogelijk ouder worden - Podcasts](#). Een goed gesprek over Krachtig Ouder worden van de voorzitter van de Seniorenraad, Jaap Velzel.

## . FILMHUIS MAARSSSEN

Kijk voor het actuele aanbod op onze website [www.vechtseplussers.nl](http://www.vechtseplussers.nl) onder Cultuur.

Wilt u een film zien, geef dat dan door via de mail [filmhuismaarsssen@gmail.com](mailto:filmhuismaarsssen@gmail.com); dat helpt hen om de catering en zaalindeling in te schatten. Locatie: Aula Niftarlake College, Pauwenkamp 151, Maarssenbroek. Inloop: vanaf 19:30 uur. Aanvang: 20:00 uur. Ze sluiten dan het hek van het schoolterrein af. Los kaartje: € 8,00 te voldoen via PIN of contant aan de zaal.

## . HET DANSPALEIS

Het Danspaleis heeft als missie: alle ouderen in Nederland vitaal en inclusief met dansen en muziek. Met dit 'tankstation van levensvreugde' wordt eenzaamheid aangepakt.

CONTACT EN BEWEGING: het Danspaleis werkt sinds 2012 met dansen en muziek als hartveroverend en universeel middel voor contact en beweging. Muziek uit de jeugd van de ouderen opent deuren die voor lange tijd gesloten waren en ouderen die al jaren niet hebben gedanst staan weer op de vloer. Onze ervaring en het fingerspitzengefühl van onze betrokken crew en dansvrijwilligers zorgen voor een open en liefdevolle ontmoetingsplaats waar de deelnemers in beweging komen en in contact komen met anderen. Zo creëren we een plek waar waardevolle relaties kunnen ontstaan.

Kijk voor meer informatie op <https://hetdanspaleis.com/>

## . KOOKWORKSHOP

Natuur en GezondheidCentrum Maarssen

# DUURZAME KOOKWORKSHOP



Duurzame keuzes maken in de keuken, hoe doe je dat? En is het ook lekker en gezond? We laten ons inspireren om eenvoudig en vrolijk te koken en gaan samen aan de slag in de keuken. **In deze editie gaan we koken met de vruchten en groenten van de herfst!** Tijdens het koken wisselen we tips en inspiratie uit. En wat inspireert je om groen te leven? Meld je aan en doe lekker mee!

Tijd: 17.30- 20.30 u.

Plaats: Tuinbouwweg 19c, Maarssen

Bijdrage: € 10

Begeleiding Corinne Groenendijk & Jannie Mackintosh



**DONDERDAG 16 oktober**

aanmelden: [corinne@ngcmaarsssen.nl](mailto:corinne@ngcmaarsssen.nl)

## . SOULCOLLAGE

SoulCollage® is een simpele en leuke manier om contact te maken met je intuïtie. Je hebt geen artistiek talent nodig, je zoekt afbeeldingen uit waar je je toe aangetrokken voelt en deze afbeeldingen kun je knippen, scheuren en/of snijden, wat je maar wilt. Vervolgens plak je ze op een blanco kaart, voilà! Kaarten maken gaat telkens anders: soms onbegrijpelijk wat je knutselt, soms voel je aan wat zich gaat tonen, soms word je blij, of zacht. Elke keer geeft het een gevoel van contact met iets van belang van binnen ..... en ze worden allemaal mooi, of het nou om je eigen kaart gaat of om de kaart van een ander. Voor verdere info:

<https://www.SoulCollage.nl/profiel/renee-eek/>.

De eerste keren zijn de kosten voor de workshop vrij tussen € 10 en € 30.

Na enkele ervaringen kunnen we ook onderling collages maken voor een kleinere onkostenvergoeding.

Ook zin om zoiets samen te doen, of wil je eerst meer info, mail dan naar [activiteiten@vechtseplussers.nl](mailto:activiteiten@vechtseplussers.nl) en wij brengen jullie met elkaar in contact.

## . ZINGEN MET ELKAAR

**Interesse in de doorgaande zang-activiteiten?**

*Zanggroep van Harte*

Wekelijkse woensdagavond a-capella-zanggroep in Buurthuis Overvecht van 19.30–21 .00 uur. Kosten € 1,50 per keer. Er zijn nog enkele plekken vrij om wekelijks mee te zingen. En je bent ook welkom voor een losse avond.

*Samenzang met harmonium*

Ongeveer 1x per maand op een zondagmiddag zingen we samen met Anneloes op het harmonium erbij. Een huiskamer Samenzang in kleine kring. Meestal in Maarssendorp en soms elders\*\*. Kosten € 7,50 - € 15,00 per keer.

Data: 7 september, 19 oktober, 16 november en 14 december.

**Aanmelden** is bij beide zanggelegenheden nodig i.v.m. ruimte bij [renee.eek@planet.nl](mailto:renee.eek@planet.nl). Adres volgt na aanmelding.

## . STICHTING OUD GELEERD JONG GEDAAN (OGJG)

Bij Stichting Oud Geleerd Jong Gedaan (OGJG) laten ze sinds 2014 oud van jong leren, en andersom. Niet vanuit het perspectief dat er een kwetsbare doelgroep is die geholpen moet worden, maar omdat ze het belangrijk vinden dat beide groepen met een frisse blik naar elkaar kijken en van elkaar leren.

Daarom organiseren ze colleges voor senioren gegeven door onze enthousiaste studentdocenten. Inmiddels is OGJG uitgegroeid tot een landelijke organisatie met een bereik van tienduizenden senioren en organiseren ze zowel online als op locatie meer dan 900 colleges per jaar. Iets waar zij ongelofelijk trots op zijn! Volg ook een keer een college online: er zit vast een interessant onderwerp voor je tussen.

<https://www.oudgeleerdjonggedaan.nl/>.

Email: [info@vechtseplussers.nl](mailto:info@vechtseplussers.nl)

Website: [www.vechtseplussers.nl](http://www.vechtseplussers.nl)

Facebook: Vechtse Plussers

Telefoon: 06 83 42 45 16

K.v.K.nr: 87 12 11 31

Bank: NL92 INGB 0397 9949 90 t.n.v. Seniorenver. Vechtse Plussers