



BUURTKAMERS

In de buurtkamer is het altijd gezellig! In elke wijk is er wel een buurtkamer te vinden om even bij te kletsen met buurtgenoten onder het genot van een kop koffie. Er worden regelmatig activiteiten georganiseerd. Vindt u het leuk om andere mensen te ontmoeten in een ontspannen sfeer? Kom dan zeker een keertje langs in één van de buurtkamers.

Voor een compleet overzicht kijk op www.samenzwolle.nl/buurtkamers

SAMENTEGEN- EENZAAMHEID

Eenzaamheid. Een groot woord. En voor iedereen heeft het een andere betekenis. De een voelt zich alleen omdat er weinig bezoek komt, de ander omdat hij of zij niemand kent die dezelfde passie heeft. Bent u of kent u iemand die eenzaamheid ervaart? Laat het ons weten, dan helpen wij een activiteit of een maatje te vinden dat bij u of hem/haar past.

Ga naar www.samenzwolle.nl/samentegeneenzaamheid of bel naar 038 750 8387.

WORD VRIJWILLIGER!

Vrijwilligerswerk is voor jong en oud. Een mooie manier om andere mensen te ontmoeten, om actief en gezond te blijven, om iets voor een ander te betekenen, om kennis en ervaring op te doen en te delen, maar vooral omdat het leuk is om te doen!

Houdt u van de natuur? Bent u een echte regelaar? Of helpt u liever mensen één op één? Op SamenZwolle staan ruim 300 vrijwilligersvacatures, keuze genoeg! Wilt u dat er iemand meezoekt naar een passende vrijwilligersfunctie? Neem gerust contact met ons op!

Kijk voor meer informatie op www.samenzwolle.nl/vrijwilligerswerk of bel naar 038 750 83 87.

TIP

LUNCH VOOR OUDEREN!

Bent u 65-plus en wilt u genieten van een heerlijke gratis lunch? Meldt u dan aan voor de ouderenlunch op Deltion op 29 september, georganiseerd door Wijz Welzijn, SamenOuderen en De Zwolse Haringparty. Onder het genot van muziek en gezelligheid komt u in informele sfeer met elkaar in contact. Aanmelden kan telefonisch bij Wijz Welzijn: 038 851 57 92.

Kijk voor meer informatie op www.samenzwolle.nl/lunch-voor-ouderen



SAMEN OUDEREN

NAJAARSAGENDA 2022

DE ACTIVITEITENKALENDER VOOR OUDEREN DIT NAJAAR

www.samenzwolle.nl/samenouderen



MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
09:00 – 11:00	10:00 – 12:00	10:00 – 11:30	10:00 – 12:00	09:00 – 10:30
Koffieochtend Ontmoeten	Quiltclub Hobby	Buurtkamer Dieze Ontmoeten	Goldensports Sport	Koersbal Sport
<i>Ons Eigen Huis, Kamperpoort</i>	<i>Wijkcentrum Gerenlanden, Zuid Iedere 1e dinsdag van de maand</i>	<i>Arcadia, Diezerpoort</i>	<i>Sportpark de Verbinding, Stadshagen</i>	<i>De Terp, Diezerpoort</i>
13:30 – 15:30	13:00 – 15:15	10:00 – 12:00	13:30 – 16:00	09:45 – 12:00
Kantklossen Hobby	Buurtkamer Aa-Landen Ontmoeten	Buurtkamer Zuid Ontmoeten	Buurtkamer Berkum Ontmoeten	Huiskamer Assendorp Buurtkamer
<i>De Terp, Diezerpoort</i>	<i>De Eemhoeve, Aa-Landen</i>	<i>Wijkcentrum Gerenlanden, Zuid</i>	<i>V.V. Berkum, Berkum</i>	<i>Jeruzalemkerk, Assendorp</i>
13:00 – 15:00	14:00 – 16:00	10:15 – 11:15	13:30 – 15:30	10:30 – 11:30
Biljarten Hobby	Buurtkamer De Streek Ontmoeten	Senioren sport Sport	Schilderclub Hobby	Oldstars Tennis Sport
<i>De Pol Zuid</i>	<i>Cultuurhuis, Stadshagen</i>	<i>Sportpark de Marslanden, Assendorp</i>	<i>Cultuurhuis, Stadshagen</i>	<i>TC Ittersum, Zwolle-Zuid</i>
19:00 – 21:00	20:00 – 21:00	14:00 – 16:00	14.00 – 16.00	14.00 – 16.00
Rolstoeldans Hobby	Oldstars Rugby Sport	Roze Middag Ontmoeten	Canasta Hobby	Seniorencinema Film
<i>De Enk, Assendorp</i>	<i>Sportpark De Marslanden, Assendorp</i>	<i>De Terp, Diezerpoort Iedere 2e woensdag van de maand</i>	<i>De Pol, Zuid</i>	<i>De Terp, Diezerpoort Elke 3e vrijdag van de maand</i>

Naast dit overzicht is er nog véél meer te doen voor ouderen in Zwolle op het gebied van sport, hobby, eten, drinken en buurtkamers. Kijk op www.samenzwolle.nl/samenouderen voor het volledige aanbod of bel naar 038 750 83 87 voor advies over uw gewenste activiteit.

Diverse datums

BRILJANT!

Bij het kunstproject Briljant gaat u samen met een groep ouderen en een kunstenaar aan het werk. In 8 bijeenkomsten laat u uw creativiteit de vrije loop en werkt u toe naar een presentatie van uw kunstwerk. Met enige regelmatig starten er nieuwe trajecten op het gebied van dans, muziek, beeldende kunst en nog veel meer. Wilt u creatief uitgedaagd worden en tegelijkertijd in contact komen met mensen die net zo blij worden van kunst als u?

Kijk voor meer informatie op www.briljantzwolle.nl



DIGIHULP

In een wereld die in een razend tempo aan het digitaliseren is, heeft u waarschijnlijk vragen over alle opties en mogelijkheden. Of die vragen nou gaan over apps, e-books, sociale media, smartphones, of iets anders, tijdens het spreekuur Digihulp helpen de mensen van Seniorenweb u graag. De spreekuren vinden plaats in Stadkamer Zuid, Aa-landen en Stadshagen.

Kijk voor meer informatie op www.samenzwolle.nl/digihulp

TIP

Dinsdag 20 september/18 oktober/15 november

19:00 – 21:00
Wijkcentrum de Pol, Zuid

ALZHEIMERCAFÉ

Het Alzheimer Café is een maandelijks informele bijeenkomst voor mensen met dementie, hun naasten, hulpverleners en andere belangstellenden. Iedere derde dinsdagavond van de maand kunnen bezoekers onder leiding van een deskundige gespreksleider in alle openheid met elkaar praten over een leven met dementie.

Kijk voor meer informatie op www.samenzwolle.nl/alzheimercafe

Donderdag 20 oktober

19:30 – 21:30
Zwolloedoet!, Centrum

LOTGENOTENGROEP VOOR MANTELZORGERS VAN MENSEN MET NAH

Als mantelzorger kunt u het gevoel hebben er alleen voor te staan. U ervaart bijvoorbeeld weinig steun vanuit uw netwerk. Bij deze lotgenotengroep gaat u in gesprek met mensen die ook zorg dragen voor iemand met een niet aangeboren hersenletsel. Naast deze lotgenotengroep organiseert Steunpunt Mantelzorg diverse andere seminars en groepen voor mantelzorgers.

Kijk voor meer informatie op www.samenzwolle.nl/lotgenotengroep

OP ZOEK NAAR GEZELSCHAP?

In Zwolle zijn er regelmatig senioren die op zoek zijn naar contact. Gezellig samen een bakje koffie drinken of een van de activiteiten in deze kalender bezoeken: het is altijd fijn om iets samen te doen. Bent u op zoek naar een maatje? Plaats dan een oproep op SamenZwolle of reageer op een maatjesvraag.

Kijk voor meer informatie op www.samenzwolle.nl/oproepen