



## Cursussen en activiteiten 2023 – 2024



### Contact

**Welzijn De Meierij Schijndel**  
Steeg 9F  
5482 WN Schijndel

**Welzijn De Meierij Sint-Oedenrode**  
Odendael 3  
5492 CT Sint-Oedenrode

**Jeugd- en jongerenwerk**  
Jongeren centrum Honk 1224  
Laan van Henkenshage 2  
5492 BH Sint-Oedenrode

Jongeren centrum Bizzi  
Steeg 3  
5482 WN Schijndel

**Contactgegevens**  
073-5441400

[Info@welzijndemeierij.nl](mailto:Info@welzijndemeierij.nl)

Voor onze openingstijden, bel ons of kijk op onze website. Daar staat ook actuele informatie over onze organisatie, activiteiten, diensten en mogelijkheden tot ondersteuning. Ook staan de activiteiten uitgebreider beschreven: **Website:** [www.welzijndemeierij.nl](http://www.welzijndemeierij.nl)

## Welkom bij een van onze activiteiten!



### **Start inschrijving cursusseizoen 2023/2024**

Cursisten van vorig jaar kunnen zich vanaf maandag 22 mei 2023 inschrijven. Voor anderen is de inschrijving open vanaf maandag 12 juni 2022.

### **Aanmelden voor een activiteit of cursus**

Het aanmelden kan met een ondertekend inschrijfformulier. Deze is verkrijgbaar op onze locaties en te downloaden via de website van Welzijn De Meierij. De geplande lessen gaan door onder voorbehoud van voldoende aanmeldingen en openstelling van de accommodaties. Hierover ontvang je tijdig bericht. Alle activiteiten en cursussen worden begeleid door docenten en/of ervaren vrijwilligers.

### **Betalingen**

De prijs staat bij iedere cursus vermeld. Deelnemers uit de gemeente Meierijstad hebben voorrang. Voor inwoners buiten Meierijstad geldt ook dat zij 20% extra betalen op de genoemde prijs. De betaling van de cursus gebeurt via een maandelijkse incasso voor de lessen door het verstrekken van een eenmalige machtiging aan Welzijn De Meierij.

### **Privacy- en klachtenregeling**

Welzijn De Meierij registreert persoonsgegevens die vallen onder de Algemene Verordening Gegevens bescherming (AVG). Wij gaan hiermee zorgvuldig om en hebben deze verordening verwerkt in ons privacyreglement. Voor deelnemers aan onze activiteiten betekent dit dat wij schriftelijk toestemming zullen vragen voor het registreren van gegevens en publiceren van afbeeldingen. Mochten er klachten zijn, dan horen we die graag. Komen we er samen niet uit dan kun je gebruik maken van onze klachtenregeling.

### **Vakanties seizoen 2023/2024**

Tijdens officiële feestdagen en schoolvakanties zijn er geen cursussen.

### **Afmelden**

Indien u wilt stoppen met een cursus of activiteit is afmelden alleen schriftelijk (per mail of op papier) mogelijk bij Welzijn De Meierij.

## Beweging

### *Samen gezond bewegen*

<b>MbvO</b>	Gevarieerd programma met loopvormen, gymnastiekoefeningen en spel voor mobiele en minder mobiele, jongere en oudere ouderen.
<b>Bewegen op muziek</b>	Oefeningen voor het verbeteren van conditie, kracht en coördinatie.
<b>Gezelschapsdansen</b>	Dansen in een kring voor mensen met en zonder danservaring.
<b>Stoelyoga</b>	Yoga vanaf een stoel, waarbij er gewerkt wordt aan het soepel houden van spieren, gewrichten en coördinatie.
<b>Hatha yoga</b>	Traditionele yoga met oefeningen om lichaam, geest en adem te beheersen.
<b>Yin Yoga</b>	Een zachte, langzame, meditatieve vorm van yoga.

#### ***MbvO voor deelnemers van 55 jaar en ouder***

Voldoende bewegen is belangrijk, vooral als u ouder wordt. Daar is MBvO (Meer Bewegen voor Ouderen) voor bedoeld. Elke week bewegen in Schijndel en Sint-Oedenrode senioren in groepsverband in hun eigen buurt en werken zij samen aan hun fitheid. Deze lessen bestaan uit 45 minuten bewegen en 15 minuten samen zijn onder het genot van een kopje koffie.

<b>Wat</b>	<b>Waar</b>		<b>Dag</b>	<b>Tijd</b>	<b>Aantal lessen</b>	<b>Eerste les</b>	<b>Kosten</b>
Hatha Yoga	Schijndel	Spectrum	Dinsdag	09.00 - 10.15	36	5 sept	€ 216,-
Stoelyoga	Schijndel	Spectrum	Dinsdag	10.30 - 11.30	36	5 sept	€ 126,-
Bewegen op muziek	Schijndel	Spectrum	Maandag	10.45 - 11.45	36	28 aug	€ 126,00
Bewegen op muziek	Schijndel	Het Gasthuis	Donderdag	09.00 - 10.00	37	31 aug	€ 129,50
Bewegen op muziek	Schijndel	De Vink	Donderdag	10.15 - 11.15	37	31 aug	€ 129,50
Gezelschapsdansen	Schijndel	Spectrum	Donderdag	09.45 - 10.45	37	31 aug	€ 129,50
Yin yoga 1	Sint-Oedenrode	Odendaal	Donderdag	09.15 - 10.15	37	31 aug	€ 185,-
Yin yoga 2	Sint-Oedenrode	Odendaal	Donderdag	10.30 - 11.30	37	31 aug	€ 185,-
Meer bewegen voor ouderen	Sint-Oedenrode	De Loop'r Olland	Dinsdag	09.00 - 10.00	38	29 aug	€ 133,-
Meer bewegen voor ouderen	Sint-Oedenrode	Sportzaal Kienehoef	Maandag	09.00 - 10.00	36	28 aug	€ 126,-
Meer bewegen voor ouderen	Sint-Oedenrode	Sportzaal Kienehoef	Maandag	10.00- 11.00	36	28 aug	€ 126,-
Meer bewegen voor ouderen	Sint-Oedenrode	Odendaal	Dinsdag	10.15 - 11.15	38	29 aug	€ 133,-
Meer bewegen voor ouderen	Sint-Oedenrode	Odendaal	Dinsdag	11.00 – 12.00	38	29 aug	€ 133,-

## Taal en digitaal

*Plezierig samen leren, daar groei je van*

<b>Beter lezen en schrijven</b>	Beter Nederlands leren lezen, spreken en schrijven. Als je dit op school nooit goed hebt geleerd.
<b>Taalcafé NT2</b>	Een plek waar je Nederlands leert spreken en begrijpen in een kleine groep, op je eigen niveau. Een vrijwilliger helpt je hierbij.
<b>Leesclub</b>	Samen een 'gemakkelijk' boek lezen en bespreken.
<b>Engels</b>	Basiscursus Engels waarbij de nadruk ligt op conversatie.
<b>Nederlands voor Anderstaligen</b>	Taalcursus voor diverse nationaliteiten door Capabel Taal.
<b>Computer start</b>	Basiscursus.
<b>Computer wijzer</b>	Voor gevorderden of als je Computer Start hebt gevolgd.
<b>I-pad</b>	Raak beter thuis op je I-pad, voor beginners en gevorderden.
<b>Fotoboek-maken</b>	Aan de slag met het maken van een Hema fotoboek.
<b>Handig met je smartphone</b>	Basiscursus, beter leren omgaan met je smartphone.

Wat	Waar		Dag	Tijd	Aantal lessen	Eerste les	Prijs
Taalcafé	Schijndel	WDM	Maandag	09.00 - 11.15	Seizoen	4 sept	Gratis
Beter lezen en schrijven	Schijndel	WDM	Maandag	13.30 - 16.00	Seizoen	28 aug	Gratis
Beter lezen en schrijven	Schijndel	WDM	Donderdag	18.30 - 21.00	Seizoen	31 aug	Gratis
Beter lezen en schrijven	Sint-Oedenrode	Basisschool Springplank	Donderdag	18.30 - 21.00	Seizoen	31 aug	Gratis
Leesclub	Schijndel	Bibliotheek	Zaterdag	10.30 - 12.00	Seizoen	2 sept	Gratis
Engels	Schijndel	WDM	Woensdag	10.00 - 11.30	24	20 sept	€ 132,-
Nederlands voor anderstaligen		Capabel Taal			Seizoen		Gratis
Computer start	Schijndel	WDM	Donderdag	10.00 - 12.00	8	5 okt	€ 32,-
Computer wijzer	Schijndel	WDM	Donderdag	14.45 - 16.45	8	5 okt	€ 32,-
Computer start	Sint-Oedenrode	Mariendael	Maandag	19.00 - 21.00	8	2 okt	€ 32,-
I-pad (Apple)	Schijndel	WDM	Donderdag	14.00 - 16.00	6	26 okt	€ 24,-
Fotoboek maken	Schijndel	WDM	Woensdag	9.30 - 12.00	6	25 okt	€ 24,-
Handig met je smartphone	Schijndel	WDM	Donderdag	13.00 - 14.15	6	5 okt	€ 15,-

## Creatief ontmoeten

*Door anderen te ontmoeten doe ik weer mee*

- Keramik zelfstandig** Ontspannen bezig zijn met klei, door van en met elkaar te leren begeleidt door vrijwilligers.
- Keramik met docent** Op een ontspannen manier creatief bezig zijn met klei en van en met elkaar leren begeleidt door een professioneel kunstenaar gespecialiseerd in keramik.
- Tekenen en schilderen** In een gezellige sfeer leren tekenen en schilderen onder begeleiding van een professioneel kunstenaar.
- Creatief textielatelier** Zelf kleding leren maken en/of repareren voor vrouwen met een migratieachtergrond.
- Bijzonder Leuk** Samen iets leuks doen! Schilderen en tekenen voor mensen met een lichte beperking of lichte geheugenproblemen en hun mantelzorgers.

Wat	Waar		Dag	Tijd	Aantal lessen	Eerste les	Prijs
Keramik	Schijndel	WDM	Maandag	09.30 - 12.00	30	18-09	€ 180,-**
Keramik	Schijndel	WDM	Dinsdag	13.30 - 16.00	30	19-09	€ 180,-**
Keramik	Schijndel	WDM	Donderdag	09.30 - 12.00	30	21-09	€ 195,-
Tekenen en schilderen	Schijndel	WDM	Maandag	09.00 - 11.30	30	18-09	€ 195,-
Tekenen en schilderen	Schijndel	WDM	Maandag	13.00 - 15.30	30	18-09	€ 195,-
Tekenen en schilderen	Schijndel	WDM	Dinsdag	09.30 - 12.00	30	19-09	€ 195,-
Creatief textiel atelier	Schijndel	WDM	-	09.00 - 11.00	Seizoen	30-08	€ 2,50
Bijzonder Leuk	Schijndel	WDM	Vrijdag	10.00 –12.00	10	Najaar	€ 80,- *

\*Om de week, inclusief materiaalkosten.

\*\*Met vrijwillige begeleiding, nieuwe instroom op aanvraag en na intake.

Creatief atelier kosten €2,50 per keer; strippenkaart 5 x = €12.50 verkrijgbaar bij de administratiebalie van Welzijn De Meerij.

## Werkplaatsen DE SOK

### Samen klussen



Ben of word jij die handige timmerman, metaalbewerker of fietsenreparateur?

Welzijn De Meerij heeft 3 werkplaatsen in Schijndel: Een fiets-, een metaal- en een houtwerkplaats. In de werkplaatsen is allerlei apparatuur en gereedschap aanwezig. Er wordt op maat gewerkt aan een zelfgekozen werkstuk onder deskundige begeleiding van vrijwilligers. Daarnaast is er wekelijks een open inloop voor het hobbyen met hout, metaal en fiets. Welzijn De Meerij zorgt voor het materiaal. De materialen worden bij de gebruiker in rekening gebracht.

Voor jongeren is er een avondactiviteit in de werkplaatsen. Neem contact op voor meer informatie.

Kom een keer vrijblijvend klussen!

Wat	Waar		Dag	Tijd	Aantal lessen	Eerste les	Kosten Excl. mat.
Cursus Timmeren	Schijndel	WDM	Maandag	09.00 -12.00	30	19-09	€ 75,-
Cursus Timmeren	Schijndel	WDM	Woensdag	09.00 - 12.00	30	21-09	€ 75,-
Cursus Timmeren	Schijndel	WDM	Woensdag	13.30 - 16.30	30	21-09	€ 75,-
Cursus Houtdraaien/klein hout	Schijndel	WDM	Woensdag	09.00 - 12.00	30	21-09	€ 75,-
Hobbywerkplaats <b>hout</b>	Schijndel	WDM	Vrijdag	09.00 - 12.00	seizoen	22-09	€ 2,50*
Hobbywerkplaats <b>metaal</b>	Schijndel	WDM	Maandag	09.00 - 12.00	seizoen	19-09	€ 2,50 *
Hobbywerkplaats <b>fiets</b>	Schijndel	WDM	Dinsdag	09.00 - 12.00	seizoen	20-09	€ 2,50 *

\*Kosten €2,50 per keer; strippenkaart 5 x = €12.50,- verkrijgbaar bij de administratiebalie van Welzijn De Meerij