

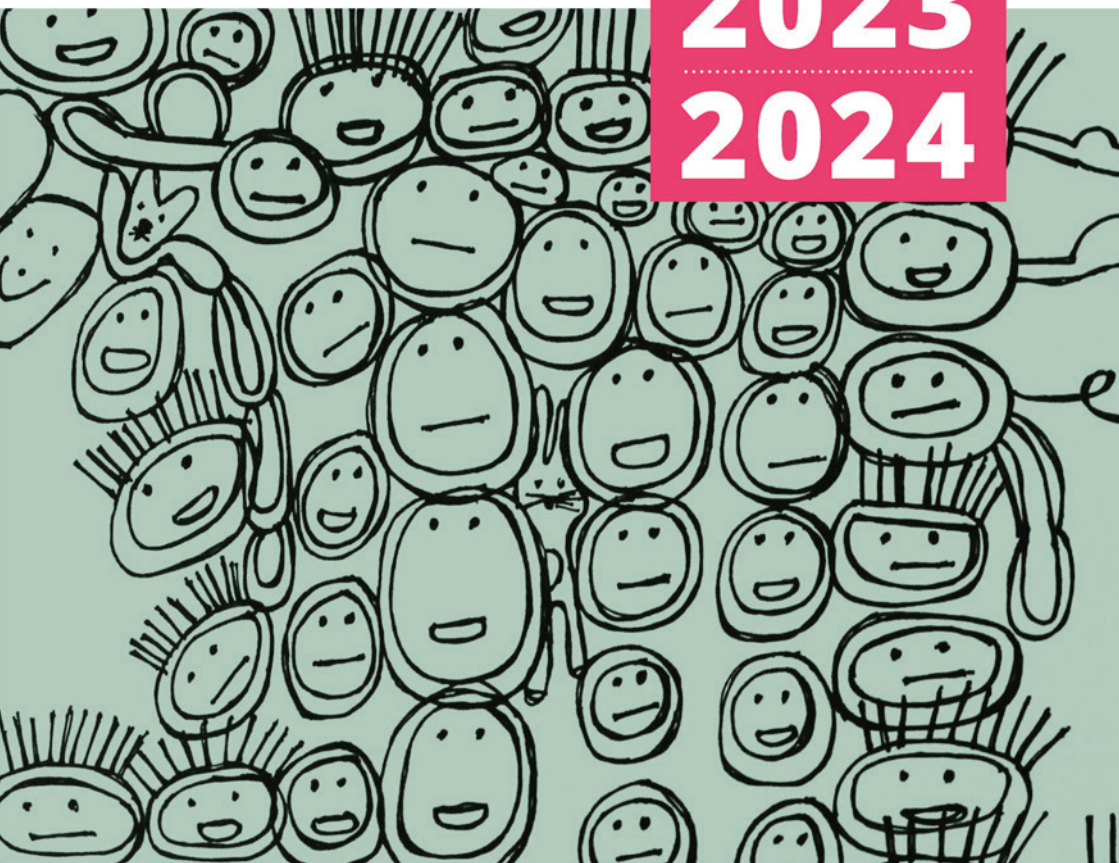


ACTIVITEITEN BROCHURE

In samenwerking met KansPlus, SDW en S&L Zorg

WAT IS ER TE DOEN?

2023
.....
2024



COLOFON

Deze activiteitenbrochure is ontwikkeld door KansPlus, SDW en S&L Zorg.

Illustraties: Astrid Mol en Perry van Buijfel

EXTRA INFORMATIE

KansPlus Bergen op Zoom
Bernadettestraat 4
4615 EV Bergen op Zoom

SDW
Afdeling Vrijtijdsbesteding
Bovendonk 9
4707 ZH Roosendaal

088 – 2593100
vrijetijd@sdwzorg.nl
www.sdw.nl/activiteiten

S&L Zorg
Ontmoetingscentrum Sterrebos
Onyxdijk 183 C
4706 LL Roosendaal

S&L Zorg
Ontmoetingscentrum Lambertijnenhof
Lambertijnenhof 209
4614 CH Bergen op Zoom



Inleiding

Voor je ligt de gezamenlijke activiteitengids van SDW, KansPlus en S&L Zorg.

In deze gids staan zoveel mogelijk activiteiten die in regio West-Brabant voor mensen met een beperking worden georganiseerd.

Deze gids wordt 1 keer in de 2 jaar uitgegeven.

De activiteiten die in deze gids staan, zijn toegankelijk voor alle mensen met een verstandelijke beperking en/of ontwikkelingsachterstand.

Als je bijvoorbeeld bij S&L Zorg of ergens anders woont en je wil deelnemen aan een activiteit van SDW kan dit gewoon.

Dankwoord

Langs deze weg willen we graag alle **vrijwilligers** en **beroepskrachten** bedanken die al deze activiteiten in de regio West-Brabant mogelijk maken. Ook willen we **Astrid Mol** bedanken voor het ontwerpen van de voorkant van de gids en **Perry van Buijfel** bedanken voor het tekenen van de mooie pictogrammen in de gids. De picto's van Perry worden ook gebruikt op de website van de vrijtijdsbesteding van SDW. De website is te bekijken op: **www.sdwzorg.nl/activiteiten**.

Tevens willen we **ibizz creative and digital agency** bedanken voor het maken van de gids, **Drukkerij Scholtus** voor het maken van de gids en **Copy Copy** voor het versturen van de gids.

Tot slot wensen we je veel plezier bij het uitkiezen van één of meerdere activiteiten.

Begeleiding tijdens de activiteiten

De meeste activiteiten in deze gids worden begeleid door vrijwilligers.

Deze vrijwilligers hebben vaak geen medische achtergrond. Je moet dus zelf inschatten of de activiteit bij jouw mogelijkheden past.

Als je hier vragen over hebt, kun je contact opnemen met de contactpersoon die onderaan bij de activiteit staat. Je kunt ook bij deze persoon vragen stellen als je iets wil weten over de activiteit zelf. Bij de omschrijving van de activiteit kun je ook zien of een activiteit rolstoeltoegankelijk is.



Inhoudsopgave

De verschillende soorten activiteiten zijn op de volgende pagina's in dit boekje te vinden.

Vakantie	blz. 09 t/m 10
Activiteiten	blz. 10 t/m 12
Dagtochten	blz. 13 t/m 19
Theater	blz. 19 t/m 20
Creatief	blz. 21 t/m 22
Ontmoeten	blz. 22 t/m 27
Sport & beweging	blz. 28 t/m 45

Alle activiteiten en dagtochten in deze gids zouden niet mogelijk zijn zonder de inzet van vrijwilligers.

Wil je ook vrijwilliger worden?

Neem dan contact op met SDW, S&L Zorg of KansPlus:

SDW	Tamara Vriends en Zeynep Gündüz	vrijwilligersmantelzorg@sdwzorg.nl
S&L Zorg	Sabine de Kok	s.d.kok@slzorg.nl
KansPlus	Henk de Rooij	info@kansplusboz.nl

Deze gids is samengesteld door

SDW

Wieneke Snoep

Coördinator Vrijtijdsbesteding

Anja Olderaan

Coördinator Vrijtijdsbesteding

Rosel Geers

Secretarieel administratief
medewerker

KansPlus

Henk de Rooij

Voorzitter KansPlus

S&L Zorg

Lieke Michiels

Medewerker communicatie

KansPlus Bergen op Zoom

Ieder mens heeft in onze ogen recht op een zo plezierig mogelijk leven en een zinvol bestaan. KansPlus Bergen op Zoom wil een actieve bijdrage leveren aan een goed en plezierig leven voor mensen met een verstandelijke en/of meervoudige beperking en hun naasten.

Dit doet KansPlus Bergen op Zoom door met al haar activiteiten aan te sluiten bij de interesses, talenten en mogelijkheden van iedere individuele deelnemer.

Alle mogelijke middelen worden ingezet om de deelnemers optimaal te laten ontspannen en zo een echt thuisgevoel te geven.

KansPlus voor On-Beperkt Plezier!

Alle belangrijke informatie over KansPlus kunt u nalezen op www.kansplusboz.nl



SDW Activiteiten

SDW ondersteunt mensen met een verstandelijke beperking en/of ontwikkelingsachterstand op het gebied van wonen, werken, leven en leren.

Bij een goed leven hoort een goede vrijetijdsinvulling. Daarom organiseert de afdeling Vrijtijdsbesteding van SDW diverse activiteiten, dagtochten en workshops. Daarnaast beschikken de vrijetijdscoördinatoren over een groot netwerk van reguliere organisaties die ook activiteiten voor mensen met een beperking aanbieden.



Dagtochten en workshops

In deze activiteitengids staan vanuit SDW alleen de activiteiten die SDW organiseert.

Maar SDW organiseert ook heel veel dagtochten en workshops.

Hierbij kun je bijvoorbeeld denken aan: een workshop bloemschikken, een dag naar de dierentuin, een

middag laserschieten of gezellig met een grote groep gaan Burgerbowlen. Al deze dagtochten en workshops zetten we in aparte gidsen.

Elk jaar brengen we twee gidsen uit: een **zomergids** en een **wintergids**.

In elke gids staan tussen de 10 en 15 soorten dagtochten en workshops.

Wil je ook graag zo'n gids ontvangen?

Deze gids kan kosteloos aangevraagd worden. Om hem te ontvangen moet je je aanmelden bij de Vrijtijdsbesteding van SDW.

Kijk op pagina 7 hoe je dit kan doen.



Aanmelden

Je kunt je op drie manieren aanmelden voor de activiteiten en/of dagtochten van SDW.

1

Scan de QR code en vul het online formulier in en klik op verzenden.



2

Stuur een mail naar vrijetijd@sdwzorg.nl



3

Meld je aan via de website van de vrijetijdsbesteding:

www.sdw.nl/activiteiten





Alle mensen zijn gelijkwaardig, elk mens is uniek. Iedereen heeft recht op een goed leven en bij S&L Zorg zorgen we er samen voor dat dit ook voor mensen met een verstandelijke beperking geldt.

Het gehele jaar door organiseert S&L Zorg tal van activiteiten voor haar bewoners maar ook voor mensen buiten S&L Zorg. Denk hierbij aan disco's, koningsdagactiviteiten, Halloween griezeltochten, bedevaarten en nog veel meer.

Wil je op de hoogte zijn van de actuele activiteiten en data? Houd dan de agenda op www.slzorg.nl/agenda goed in de gaten! De activiteiten organiseren we in onze Ontmoetingscentra of op de terreinen zelf.

Sterrebos

Onyxdijk 183 c
4706 LL Roosendaal
088 - 7777350
oc.sterrebos@slzorg.nl

Lambertijenhof

Lambertijenhof 209
4614 CH Bergen op Zoom
088 - 7777295
oc.lambertijenhof@slzorg.nl



Buitenhof Reizen

Buitenhof Reizen organiseert begeleide groepsvakanties naar bestemmingen over de wereld. De nieuwe reisgids 2023 staat vol met leuke bestemmingen, waardoor er voor iedereen wat wils te vinden is: muziekreizen, pretparkreizen, avontuurlijke verre reizen of lekker rustig aan doen. Mocht je zorg nodig hebben of een hulpmiddel gebruiken, dan ben je ook bij ons aan het goede adres! Je wordt altijd begeleid door enthousiaste en ervaren vrijwilligers.



Waar

Binnen- en buitenland



Wanneer

Het hele jaar door



Vervoer

Bus, boot en vliegtuig



Kosten

Afhankelijk van je gekozen reis



Begeleiding

Van 1-op-1 tot 1-op-6



Rolstoeltoegankelijk

Ja, alle zorgreizen



Aanmelden via

info@buitenhof.nl
www.buitenhofreizen.nl
0182 - 587050



Samen op reis

Organiseert begeleide reizen voor mensen met een verstandelijke beperking. We bieden 26 reizen aan in Europa, er is dus voor ieder wat wils! We rijden met kleine busjes, maar we hebben ook busexcursiereizen en vlieguren. Onze reizen vertrekken vanuit Etten-Leur, hier keren we ook weer terug. Er is een kennismakingsbijeenkomst en in het najaar hebben we een gezellige reünie!



Waar

Binnen- en buitenland



Wanneer

Het hele jaar door



Vervoer

(Excursie)bussen, vliegtuig



Kosten

Afhankelijk van je gekozen reis



Begeleiding

Groep bestaat uit maximaal 8 personen met 2 begeleiders



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via

sorvak@outlook.com
076 - 5229110
www.stichtingsamenopreis.nl



Stichting Happynezz

Stichting Happynezz organiseert ieder jaar een vakantieweek voor 30 meervoudig gehandicapten uit de regio West-Brabant. Vanuit de Volksabdij worden activiteiten georganiseerd. Door de 1 op 1 begeleiding kan er ingespeeld worden op de behoeftes van de individuele gasten. De deelnemers betalen een eigen bijdrage voor deze vakantieweek. De rest van het bedrag wordt opgehaald door sponsoring. Interesse om mee te gaan met onze vakantieweek? Kijk dan op onze website.

Waar
Regio West-Brabant

Wanneer
Elk jaar 1 week

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
Deels eigen bijdrage, deels sponsoring

Begeleiding
Voldoende

Rolstoeltoegankelijk
Ja

Aanmelden via
www.happynezz.nl



Scouting Baden Powell

Ben jij tussen de 8 en 25 jaar? En wil jij voortaan iedere zaterdag iets leuks gaan doen? Houd je van actieve spellen doen in het bos? Koken in de open lucht? Een speurtocht lopen? Van spelen met leeftijdsgenoten? Of stoer vuurtje stoken met je vrienden? Kamperen in een tent? Een toneelstuk opvoeren met leeftijdsgenoten? Word dan lid van Scouting!

Waar
Roosendaal

Wanneer
Zaterdag 10.00 - 12.00 uur
wekelijks

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
Jaarlijkse of 2-jaarlijkse bijdrage

Begeleiding
1 vrijwilliger per 4 deelnemers

Rolstoeltoegankelijk
Ja

Aanmelden via
pandits@sbp.email



Dinerclub

Samen uit eten gaan, is meer dan alleen maar lekker eten. Namelijk de gezelligheid van het onder elkaar zijn. Er zijn vier dinerclubs die iedere maand uit eten gaan in een plaatselijk restaurant. Van tevoren krijg je een uitnodiging thuisgestuurd.

Waar
Roosendaal, Steenberg en Oudenbosch

Wanneer
1x in de maand (avond)
Roosendaal: vrijdag
Steenbergen: woensdag
Oudenbosch: donderdag

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
Varieert (ca. € 20,00 - € 33,00)

Begeleiding
1 Vrijwilliger per 5 deelnemers

Rolstoeltoegankelijk
Ja, tenzij anders aangegeven

Aanmelden via
vrijetijd@sdwzorg.nl
www.sdw.nl/activiteiten



Word digivaardig!

Leer omgaan met de computer. Op een rustige, prettige manier leer je de computer te gebruiken. We gaan zoeken op internet, je leert het gratis programma WordPad waarmee je brieven of misschien wel een boek kunt schrijven. Je leert waar al die knopjes voor zijn. Maar vooral leer je hoe leuk het is om op een computer te werken.

Waar
Bergen op Zoom

Wanneer
Maandag 19.00 - 21.00 uur
wekelijks

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
€ 75,- voor 5 lessen van 2 uur

Begeleiding
Van een docent die ook in bedrijven lesgeeft, maar het enorm leuk vindt om jullie ook digivaardig te maken.

Rolstoeltoegankelijk
Ja

Aanmelden via
noortje@officevraagbaak.nl
Laat bij aanmelding weten of je zelf een laptop hebt.



Koken Maandag

Samen koken is gezellig. De taken verdelen: groenten snijden, tafel dekken, bakken, koken en afwassen. Er is genoeg te doen. Dus handen uit de mouwen en aan de slag! Na afloop genieten we samen van de zelfbereide maaltijd.

Waar
Levensschool Roosendaal

Wanneer
Maandag 19.00 - 21.00 uur
wekelijks

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
€ 8,00 per keer, € 7,00 per keer
voor SDW-cliënten.
Dit is exclusief ingrediënten

Begeleiding
1 Vrijwilliger per 3 deelnemers

Rolstoeltoegankelijk
Ja

Aanmelden via
vrijetijd@sdwzorg.nl
www.sdw.nl/
activiteiten
Of scan de
QR code



Koken dinsdag

Samen koken is gezellig. De taken verdelen: groenten snijden, tafel dekken, bakken, koken en afwassen. Er is genoeg te doen. Dus handen uit de mouwen en aan de slag! Na afloop genieten we samen van de zelfbereide maaltijd.

Waar
Levensschool Roosendaal

Wanneer
Dinsdag 19.00 - 21.00 uur
wekelijks

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
€ 8,00 per keer, € 7,00 per keer
voor SDW-cliënten.
Dit is exclusief ingrediënten

Begeleiding
1 Vrijwilliger per 3 deelnemers

Rolstoeltoegankelijk
Ja

Aanmelden via
vrijetijd@sdwzorg.nl
www.sdw.nl/
activiteiten
Of scan de
QR code



Bedevaart

Twee keer per jaar gaan we bij S&L Zorg op bedevaart. En jij mag ook mee! Kaarsjes aansteken, mooie wensen uitspreken, bidden en liedjes zingen in de kerk. We sluiten altijd af met koffie of thee en iets lekkers.

Waar
Regio Roosendaal /
Bergen op Zoom

Wanneer
Bekijk de agenda op
www.slzorg.nl/agenda voor de
actuele data.

Vervoer
Zelf regelen naar het
vertrekpunt, vanaf het
vertrekpunt rijdt er een bus.

Kosten
Volgen na aanmelding

Begeleiding
Vrijwilligers van S&L Zorg

Rolstoeltoegankelijk
Ja

Aanmelden via
Gegevens voor aanmelden
vind je ook op
www.slzorg.nl/agenda



Menslievende vieringen

S&L Zorg organiseert met enige regelmaat menslievende vieringen. Iedereen is welkom om te genieten van de warme sfeer en verbondenheid. Tijdens deze vieringen is er ruimte voor ieders geloofsbeleving en een persoonlijk gebed.

Waar
Ontmoetingscentrum
Lambertijnenhof
Bergen op Zoom en
Ontmoetingscentrum Sterrebos
Roosendaal

Wanneer
Bekijk de agenda op
www.slzorg.nl/agenda voor de
actuele data.

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
Gratis

Begeleiding
Eigen begeleiding

Rolstoeltoegankelijk
Ja

Aanmelden via
Aanmelden is niet nodig





Vastenavondbal KansPlus 2023

Met een leuke dweilband wordt het wéér stik gèëf. Kom lekker dweilen. Deze Eropuit wordt georganiseerd door KansPlus.

 **Waar**
Gebouw Wijkcentrum 't Fort

 **Wanneer**
Zie website KansPlus

 **Vervoer**
Zelf regelen

 **Kosten**
€ 2,50

 **Begeleiding**
Vrijwilligers van de soos

 **Rolstoeltoegankelijk**
Ja

 **Aanmelden via**
Aanmelden is niet nodig



Carnavalsbal dansschool Quick&Slow

Met leuke dweilbands en de komst van Prins Carnaval en zijn gevolg is het altijd een feest. Trek je fraaiste outfit aan en kom lekker dweilen tijdens het Carnavalsbal van Dansschool Quick&Slow

 **Waar**
Roosendaal

 **Wanneer**
11 februari 2023*
19.30 - 22.30 uur

 **Vervoer**
Zelf regelen

 **Kosten**
€ 5,00

 **Begeleiding**
Vrijwilligers van de soos

 **Rolstoeltoegankelijk**
Ja

 **Aanmelden via**
dansschoolquickslow@
gmail.com



Carnavalsoptocht Lambertijnenhof

Een gezellige carnavalsoptocht door de wijk samen met basisschool De Borghoek en leuke dweilbandjes.

 **Waar**
Lambertijnenhof
Bergen op Zoom

 **Wanneer**
17 februari 2023**
13.11 uur

 **Vervoer**
Zelf regelen

 **Kosten**
Gratis

 **Begeleiding**
Eigen begeleiding

 **Rolstoeltoegankelijk**
Ja

 **Aanmelden via**
Aanmelden is niet nodig



Familiebal Sterrebos

We gaan weer hossen en springen tijdens het familiebal in het Ontmoetingscentrum van Sterrebos met een echte DJ en gezellige carnavalsmuziek!

 **Waar**
Ontmoetingscentrum
Sterrebos Roosendaal

 **Wanneer**
19 februari 2023**
14.00 - 16.30 uur

 **Vervoer**
Zelf regelen

 **Kosten**
Gratis

 **Begeleiding**
Eigen begeleiding

 **Rolstoeltoegankelijk**
Ja

 **Aanmelden via**
Aanmelden is niet nodig



*Bekijk de website www.dansschoolquickslow.nl voor de datum van 2024

**Bekijk de agenda op www.slzorg.nl/agenda voor de datum van 2024



Koningsnacht Lambertijnenhof

Tijdens koningsnacht is het feest bij Lambertijnenhof! Er is op het terrein van alles te doen zoals diverse spelletjes en het rad van fortuin. Ook is er een DJ van de partij en is er zoals ieder jaar weer een echte vrijmarkt.



Waar

Lambertijnenhof
Bergen op Zoom



Wanneer

26 april 2023*
18.30 - 20.30 uur



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

Gratis



Begeleiding

Eigen begeleiding



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via

Aanmelden is niet nodig



Koningsbal Sterrebos

Tijdens koningsnacht is het feest bij Sterrebos! Er wordt gezellige muziek gedraaid en er zal een optreden zijn van een artiest. Kom gerust verkleed!



Waar

Ontmoetingscentrum
Sterrebos Roosendaal



Wanneer

26 april 2023*
19.00 - 21.00 uur



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

Gratis



Begeleiding

Eigen begeleiding



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via

Aanmelden is niet nodig



Halloween Sterrebos

We vieren Halloween op Sterrebos! Elk jaar wordt er een spannende tocht uitgezet en aansluitend is er een griezeldisco in het OC.



Waar

Terrein en Ontmoetingscentrum
Sterrebos Roosendaal



Wanneer

28 oktober 2023*
vanaf 19.00 uur



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

Gratis



Begeleiding

Eigen begeleiding



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via

Aanmelden is niet nodig



Halloween Lambertijnenhof

We vieren Halloween op Lambertijnenhof! Kom jij ook mee griezelen?



Waar

Terrein en/of
Ontmoetingscentrum
Lambertijnenhof
Bergen op Zoom



Wanneer

Een avond in oktober**



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

Gratis



Begeleiding

Eigen begeleiding



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via

Aanmelden is niet nodig

*Bekijk de agenda op www.slzorg.nl/agenda voor de datum van 2024

**Bekijk de agenda op www.slzorg.nl/agenda voor de actuele data



Lampionnenoptocht Lambertijnenhof

Loop gezellig mee met de lampionnenoptocht tijdens de elfde van de elfde. Er lopen leuke dweilbandjes met ons mee, waarmee we na afloop gezamenlijk gaan feesten in het Ontmoetingscentrum. Vergeet natuurlijk niet je lampion mee te nemen!



Waar

Lambertijnenhof
Bergen op Zoom



Wanneer

10 november 2023*
19.00 - 21.00 uur



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

Gratis



Begeleiding

Eigen begeleiding



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via

s.d.kok@slzorg.nl



Lampionnenoptocht Sterrebos

Loop gezellig mee met de lampionnenoptocht tijdens de elfde van de elfde! Na afloop gaan we gezellig met z'n allen naar het Ontmoetingscentrum. Vergeet natuurlijk niet je lampion mee te nemen!



Waar

Ontmoetingscentrum Sterrebos
Roosendaal



Wanneer

11 november 2023*
19.11 - 21.00 uur



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

Gratis



Begeleiding

Eigen begeleiding



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via

Aanmelden is niet nodig



Kerstmarkt Lambertijnenhof

Kom ook naar hét kerstfeest van S&L Zorg. Lambertijnenhof is voor één dag omgetoverd in kerstsferen en er is van alles te doen. Je kunt van alles doen op onze kerstmarkt; van lekker eten en drinken, winterse spellen, kopen van heel veel leuke producten van lokale ondernemers tot leuke extra's. Leuk voor jong en oud!



Waar

Lambertijnenhof
Bergen op Zoom



Wanneer

13 december 2023*
10.30 - 17.00 uur



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

Gratis



Begeleiding

Eigen begeleiding



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via

Aanmelden is niet nodig



Stichting Theatergroep Respect

Stichting Theatergroep Respect is een podiumproductie. Dat wil zeggen dat er 2 x per jaar wordt opgetreden in een schouwburg. Hier wordt een heel jaar naar toegewerkt. Iedereen krijgt een passende rol en tekst. Het maken van theater betekent natuurlijk heel veel dansen, zingen en acteren. Bezoek aan Schouwburg De Kring in Roosendaal. Voorstelling: Hans en Grietje en de 7 biggetjes op 1 en 2 april 2023 om 14.00 uur. Toegang € 15,00 als je op eigen gelegenheid wil gaan.



Waar

Cultuurhuis Roosendaal



Wanneer

Woensdag 19.15 - 21.45 uur
wekelijks



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

€ 27,00 per maand



Begeleiding

1 Vrijwilliger per 4 deelnemers



Rolstoeltoegankelijk

Ja, in overleg



Aanmelden via

info@theatergroeprespect.nl

*Bekijk de agenda op www.slzorg.nl/agenda voor de datum van 2024



Stichting Theaterwerkplaats

Tiuri - Vrijtijdsgroep 'Rafels' in Breda

Naast dagbesteding heeft Theaterwerkplaats Tiuri ook een vrijtijdsgroep: 'Rafels'. De groep werkt een heel seizoen aan een voorstelling. Aan het einde van het seizoen wordt de voorstelling voor publiek gespeeld. De spelers hebben elk hun eigen inbreng in het repetitieproces. Wie mee wil spelen kan eerst enkele gratis proefflessen meedoen. Er zijn ca. 25 repetities (waaronder een repetitiweekend).



Waar

Theaterwerkplaats Tiuri Breda



Wanneer

Zaterdag 10.00 - 12.00 uur
wekelijks (sept - eind april)



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

€ 275,00 per seizoen



Begeleiding

1 Persoon per 4 deelnemers
(totaal 1 regisseur en 1 assistent
per 8 spelers)



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via

rafels@theatertiuri.nl



Stichting Theaterwerkplaats

Tiuri - Vrijtijdsgroep 'Kom erbij' in

Roosendaal

Houd jij van toneel en bewegen? Dan zeggen wij: Kom Erbij! In deze vrijtijdsgroep staat plezier voorop! Deelnemers leren acteren en bewegen op een manier die bij hen past. Vaste teksten of danspassen zijn niet belangrijk. Wie wil mee spelen kan eerst enkele gratis proefflessen meedoen. Dan kijken we of het klikt.



Waar

Theaterwerkplaats Tiuri
Roosendaal



Wanneer

Zaterdag 10.00 - 12.00 uur
wekelijks (sept - eind april)



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

€ 275,00 per seizoen



Begeleiding

1 Persoon per 4 deelnemers
(totaal 1 dansdocent en 1
assistent per 8 spelers)



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via

komerbij@theatertiuri.nl



Hobby

In de hobbysoos werk je met veel verschillende materialen. Je kunt er kleien, timmeren, figuurzagen, borduren, schilderen etc. Heb je hulp nodig? Geen probleem, de vrijwilligers staan altijd voor je klaar.



Waar

Wijkcentrum 't Dijksteeke
Roosendaal



Wanneer

Dinsdag 19.00 - 21.00 uur
wekelijks



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

€ 7,00 per keer; € 6,00 per keer
voor SDW-cliënten



Begeleiding

1 Vrijwilliger per 4 deelnemers



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via

vrijtijd@sdwzorg.nl
www.sdw.nl/activiteiten
of scan de
QR code



Tekenen en schilderen

Onder begeleiding maak je de mooiste tekeningen en prachtigste schilderijen



Waar

Wijkcentrum 't Fort
Bergen op Zoom.



Wanneer

Maandag 19.00 - 21.00 uur
wekelijks



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

€ 2,50 per keer



Begeleiding

1 vrijwilliger per 4-5 deelnemers



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via

info@KansPlusboz.nl



Brei Café Lambertijnenhof

Een ochtend breien en/of ander handwerk in het Ontmoetingscentrum van Lambertijnenhof, 1x in de 2 weken op zondag. Na de activiteit is het Ontmoetingscentrum geopend voor een lekkere lunch of wat te drinken. Kijk op slzorg.nl/agenda voor de actuele data.



Waar

Ontmoetingscentrum
Lambertijnenhof
Bergen op Zoom



Wanneer

Zondag 11.00 - 13.00 uur
1x in de 2 weken



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

Gratis



Begeleiding

Eigen begeleiding



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via
s.d.kok@slzorg.nl



SOOS Dansschool Quick&Slow

Een avondje stappen met vrienden, zomaar wat kletsen, een pintje pakken, een potje biljarten of lekker uit je dak gaan op goede muziek. Dat kan bij soos Dijksteeke. Dè plek om je zaterdagavond door te brengen.



Waar

Wijkcentrum 't Dijksteeke
Roosendaal



Wanneer

Zaterdag 19.30 - 22.30 uur
1x in de 2 weken



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

€ 5,00 per keer
inclusief 1 consumptie.
2x gratis entree bij een
abonnement voor een heel
seizoen



Begeleiding

1 Vrijwilliger per 10 deelnemers



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via
dansschoolquickenslow@gmail.com



Vriendschapskring

In deze drukke tijden is het soms lastig om nieuwe vrienden te maken. De vriendschapskring is bedoeld om in contact te komen met andere mensen. Samen gaan jullie leuke activiteiten bedenken en doen!



Waar

Diverse locaties
Bergen op Zoom



Wanneer

Woensdag 19.00 - 20.30 uur
1x in de 2 weken



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

€ 8,00 per keer, € 7,00 per keer
voor SDW-cliënten



Begeleiding

1 Vrijwilliger per 5 deelnemers



Rolstoeltoegankelijk

Nee



Aanmelden via
vrijetijd@sdwzorg.nl
www.sdw.nl/activiteiten
of scan de
QR code



ABC date



Ben jij 18 jaar of ouder en heb je een verstandelijke beperking? En wil je graag nieuwe mensen leren kennen? Dan is ABC date echt iets voor jou! ABC date is een website en app waar je nieuwe mensen kunt ontmoeten. Misschien ben je op zoek naar vriendschap of een maatje om samen leuke dingen mee te doen? Of misschien ben je op zoek naar een relatie. Bij ABC date kan dit allemaal. Meer informatie op: www.abcdatenl.nl



Waar -



Wanneer -



Vervoer -



Kosten

Gratis als jouw zorginstelling met ABC date een contract heeft. SDW en S&L Zorg hebben zo'n contract.



Begeleiding

Vanuit ABC date en jouw eigen begeleider



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via
Je eigen begeleider (die kan een account aanmaken bij ABC date)



Donderdagsoos

Iedere week worden er op een ontspannen en vooral gezellige manier leuke dingen gedaan. Hierbij kun je denken aan spelletjes doen, potje kaarten of Rummikub spelen, creatief bezig zijn, kletsen of tv kijken met elkaar. Vooral kunnen jullie anderen ontmoeten.



Waar

Wijkcentrum 't Fort
Bergen op Zoom



Wanneer

Donderdag 19.00 - 21.00 uur
wekelijks



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

€ 2,50 per keer
exclusief consumpties



Begeleiding

1 Vrijwilliger per 4-5 deelnemers



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via

info@KansPlusboz.nl



Soos

Gezellig kletsen, drinken en dansen samen met andere mensen met een verstandelijke beperking. De muziek wordt verzorgd door een DJ.



Waar

In De Pilaar, onder de Basiliek,
Oudenbosch



Wanneer

Vrijdag 20.00 - 23.00 uur
1x in de maand



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

€ 2,50 per keer
exclusief consumpties



Begeleiding

Voldoende begeleiding



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via

apcmulders@gmail.com
06 - 10492380



Disco De Vlam

De Vlam organiseert speciale discoavonden voor mensen met een beperking vanaf 16 jaar. Er zijn afwisselend reguliere disco- en thema avonden, zoals de Spaanse avond, het Octoberfest en het Kerst-gala.



Waar

Jongeren centrum 't Trefpunt,
Halsteren (Kelder van De
Wittenhorst)



Wanneer

Vrijdag 19.30 tot 22.30 uur
1x in de maand.
Kijk voor data op de Facebook
pagina van disco De Vlam



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

€ 3,00 per keer
exclusief consumpties



Begeleiding

Aanwezig



Rolstoeltoegankelijk

De locatie is beperkt
rolstoeltoegankelijk i.v.m. het
ontbreken van een invalide
toilet



Aanmelden via

discodevlam@gmail.com
Inlopen op de avond zelf mag
ook.



Disco Sterrebos

Gezellige muziek, dansjes en drankjes. Dat is de disco van Sterrebos! Kom gezellig naar het Ontmoetingscentrum van Sterrebos voor een disco met een echte DJ!



Waar

Ontmoetingscentrum Sterrebos
Roosendaal



Wanneer

1x in de 2 weken, de ene week
op donderdag en de andere
week op zaterdag,
19.00 - 21.00 uur.
Bekijk de agenda op
www.slzorg.nl/agenda
voor de actuele data.



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

Gratis, exclusief consumpties



Begeleiding

Eigen begeleiding



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via

Aanmelden is niet nodig



Disco Lambertijnenhof

Gezellige muziek, dansjes en drankjes. Dat is de disco van Lambertijnenhof! Kom gezellig naar het Ontmoetingscentrum van Lambertijnenhof voor een disco met een echte DJ!



Waar

Ontmoetingscentrum
Lambertijnenhof
Bergen op Zoom



Wanneer

Vrijdag 19.00 - 21.00 uur
1x in de maand
Bekijk de agenda op
www.slzorg.nl/agenda
voor de actuele data.



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

Gratis, exclusief consumpties



Begeleiding

Eigen begeleiding



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via

Aanmelden is niet nodig



G-DISCO van Keijenburg

Disco voor mensen met een verstandelijke beperking. Deze disco wordt georganiseerd door buurthuis Keijenburg in samenwerking met Dansschool Quick&Slow



Waar

Buurthuis Keijenburg
Keijenburg 70 Roosendaal



Wanneer

15 maart en 4 oktober 2023
19.30 - 22.00 uur



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

€ 5,00
inclusief 2 consumptiemunten
en een hapje



Begeleiding

Vrijwilligers Buurthuis Keijenburg
& Vrijwilligers Dansschool
Quick&Slow



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via

Aanmelden is niet nodig



Inloop SDW

Inloopavond voor mensen met een (lichte) verstandelijke beperking. Heb je behoefte aan mensen ontmoeten, een kopje koffie of een gesprek in ontspannen sfeer? Kom dan naar de Inloop van SDW. In onderling overleg met vrijwilligers en cliënten worden evt. activiteiten bepaald.



Waar

Wijkcentrum de Korenaere,
Bergen op Zoom



Wanneer

Vrijdag 20.00 - 22.00 uur



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

Gratis, exclusief consumpties



Begeleiding

1 Vrijwilliger per 5 deelnemers



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via

vrijetijd@sdwzorg.nl
of scan de
QR code



Inloop GGZ WNB

Wij organiseren ontmoetingsmiddagen voor alle bewoners uit Moerdijk, Bergen op Zoom, Roosendaal, Woensdrecht en omgeving, die behoefte hebben aan een goed gesprek en op zoek zijn naar nieuwe contacten. Op een ontspannen manier gaat u onder het genot van een gratis kopje koffie in gesprek met elkaar over alledaagse onderwerpen. Vaak ontstaan van daaruit nieuwe vriendschappen.



Waar

Moerdijk Bergen op Zoom,
Woensdrecht en omgeving



Wanneer

Wekelijks. Voor dagen en tijden, zie website
www.ggzwnb.nl



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

Gratis, exclusief consumpties



Begeleiding

2 Begeleiders



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via

j.hulleman@ggzwnb.nl



Sportvereniging IRIS

Van origine voor (ex) hart- en diabetespatiënten voor volwassenen, maar nu ook voor iedereen die op een lager niveau wil sporten. Wekelijks 1 uur verantwoord sportief bezig zijn onder deskundige leiding. Samen sporten, praten met lotgenoten, info uitwisselen, gezellig samenzijn.



Waar

Sporthal 'In de Roos'
Roosendaal



Wanneer

Donderdag 19.00 - 22.00 uur
wekelijks



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

€ 110,00 per jaar



Begeleiding

Sportleid(st)ers



Rolstoeltoegankelijk

Na intakegesprek
bespreekbaar



Aanmelden via

irisroosendaal@gmail.com
06 - 20443258
www.irisroosendaal.nl



Dansen

Onder deskundige begeleiding van vrijwilligers worden er bekende en minder bekende dansen geleerd op leuke muziek.



Waar

Wijkcentrum 't Fort
Bergen op Zoom



Wanneer

Elke 2^e en 4^e dinsdag van de
maand 19.00 - 21.00 uur



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

€ 2,50 per keer
exclusief consumpties



Begeleiding

1 Vrijwilliger per deelnemer



Rolstoeltoegankelijk

Ja, in overleg



Aanmelden via

info@KansPlusboz.nl



Dansen

Tijdens de lessen komen alle moderne dansen aan bod. Aan het einde van het seizoen dans je af voor een officieel dansdiploma. Je krijgt les van de wereldkampioen dansen.



Waar

Dutch Dance Academy
Oudenbosch



Wanneer

Dinsdag 18.45 - 20.00 uur
wekelijks



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

€ 75,00 per kwartaal (totaal 3
kwartalen, september is gratis
dansen)



Begeleiding

Voldoende



Rolstoeltoegankelijk

Nee



Aanmelden via

karin.antonissen@outlook.com
0165 - 316579



Dans en spel

Dans en spel: een combinatie van bewegen op allerlei muziekstijlen, spelvormen en sporten met diverse turnmaterialen.



Waar

Sportzaal scholen-
gemeenschap 't Rijks
Bergen op Zoom



Wanneer

Donderdag 18.45 - 19.45 uur
wekelijks



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

€ 13,00 per maand
+ eenmalig € 5,00 inschrijfgeld



Begeleiding

1 Vrijwilliger per 4 deelnemers



Rolstoeltoegankelijk

Nee



Aanmelden via

ineluix48@gmail.com
www.genie-bergenopzoom.nl



Bewegen op muziek Dansschool Quick&Slow

Bewegen is belangrijk. Door lichamelijke oefeningen op muziek blijf je soepel, lenig en ontspannen. Iedereen kan meedoen. Daarnaast ontmoet je ook nog eens andere mensen.

Waar
Ontmoetingscentrum Sterrebos
Roosendaal en gymzaal
Lambertijnenhof
Bergen op Zoom

Wanneer
Dinsdag wekelijks
16.00 - 16.45 uur Lambertijnenhof
18.30 - 19.15 uur Sterrebos

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
€ 5,00 per les, betaling middels
een factuur 3x per seizoen

Begeleiding
1 Vrijwilliger per 5 deelnemers

Rolstoeltoegankelijk
Ja

Aanmelden via
dansschoolquickslow@
gmail.com
06 - 30661810



Rollator-/ (duw) rolstoeldans

Ook als je niet goed meer ter been bent, is bewegen heel erg belangrijk. Doe lekker mee en dans de sterren van de hemel met je rollator, in je rolstoel of gewoon zittend op een stoel.

Waar
Ontmoetingscentrum Sterrebos
Roosendaal

Wanneer
Dinsdag 19.15 - 20.00 uur
wekelijks

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
€ 5,00 per les, betaling middels
een factuur 3x per seizoen.

Begeleiding
1 Vrijwilliger per deelnemer

Rolstoeltoegankelijk
Ja

Aanmelden via
dansschoolquickslow@
gmail.com
06 - 30661810



Zoemba Dansschool Quick&Slow Roosendaal

Zumba is een combinatie van aerobics en Latin dans. De pondjes vliegen eraf op swingende muziek uit Zuid-Amerika. Bij ons heet het Zoemba en is het net iets anders. Je moet niet bang zijn voor een beetje zweet, maar de les is zo aangepast dat iedereen mee kan doen.

Waar
Ontmoetingscentrum Sterrebos
en Het Spectrum Roosendaal

Wanneer
Dinsdag wekelijks
20.00 - 20.45 uur Sterrebos
Donderdag wekelijks
19.00 - 19.45 uur Het Spectrum

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
€ 5,00 per les, betaling middels
een factuur 3x per seizoen

Begeleiding
1 Vrijwilliger per 5 deelnemers

Rolstoeltoegankelijk
Nee

Aanmelden via
dansschoolquickslow@
gmail.com
06 - 30661810



Zoemba Dansschool Quick&Slow Bergen op Zoom

Zumba is een combinatie van aerobics en Latin dans. De pondjes vliegen eraf op swingende muziek uit Zuid-Amerika. Bij ons heet het Zoemba en is het net iets anders. Je moet niet bang zijn voor een beetje zweet, maar de les is zo aangepast dat iedereen mee kan doen.

Waar
Gymzaal Lambertijnenhof
Bergen op Zoom

Wanneer
Donderdag 16.00 - 16.45 uur
wekelijks

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
€ 5,00 per les, betaling middels
een factuur 3x per seizoen

Begeleiding
1 Vrijwilliger per 5 deelnemers

Rolstoeltoegankelijk
Nee

Aanmelden via
dansschoolquickslow@
gmail.com
06 - 30661810



Stijldansen Dansschool Quick&Slow

De stijldanslessen worden gegeven door een gediplomeerd instructrice. Alle leerlingen dansen met een vrijwilliger. Je leert verschillende stijldansen. Elk jaar wordt er afgedanst voor een dansdiploma bij Rottier. Beginner of vergevorderd: plezier staat voorop!

Waar
Ontmoetingscentrum Sterrebos en Het Spectrum Roosendaal

Wanneer
Dinsdag wekelijks
20.45 - 21.30 uur Sterrebos
Donderdag wekelijks
19.45 - 20.30 uur Het Spectrum
20.45 - 21.30 uur Het Spectrum

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
€ 5,00 per les, betaling middels een factuur 3x per seizoen

Begeleiding
1 Vrijwilliger per deelnemer

Rolstoeltoegankelijk
Nee

Aanmelden via
dansschoolquickslow@gmail.com
06 - 30661810



Stijldansen Stichting Swing

Voor mensen met een verstandelijke beperking. De deelnemers moeten goed ter been zijn. Een vakkracht geeft les in stijldansen, zoals een Foxtrot, Cha cha cha, Samba, Engelse wals, Rumba en Tango. De laatste les is het afdansen met een jury die de aangeleerde dansen per cursist beoordeeld. Ouders, familie, leiding e.d. zijn dan van harte welkom om alle geleerde dansen te komen bekijken.

Waar
De Linde Etten-Leur

Wanneer
Woensdag 19.30 - 21.15 uur
(met 15 min. pauze) wekelijks

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
€ 175,00 voor 30 lessen

Begeleiding
De deelnemers dansen met een vrijwilliger

Rolstoeltoegankelijk
Nee

Aanmelden via
info@stichtingswing.nl
www.stichtingswing.nl



Sportservice Noord-Brabant Bewegen voor iedereen!

Ben jij op zoek naar passende sport- en beweegactiviteiten in regio Roosendaal? En wil je gezond en fit blijven? Neem dan contact op met de Beweegcoach.

Wat doet de beweegcoach?

Laat je kennismaken met verschillende sport- en beweegactiviteiten. Geeft antwoord op jouw persoonlijke vragen over sport en bewegen. Vertelt je welke activiteiten er in de buurt zijn. Geeft beweegadvies op maat. Samen gaan we aan de slag om een toffe activiteit te vinden waar jij op je eigen niveau kan bewegen.

Waar
Roosendaal

Wanneer -

Vervoer -

Kosten -

Begeleiding -

Rolstoeltoegankelijk -

Aanmelden via
roosendaal@ssnb.nl
06 - 41338563
www.unieksporten.nl/brabant



Fitfabriek

Bij de Fitfabriek kun je terecht met al je vragen over aangepast sporten. De Fitfabriek ondersteunt bestaande sportverenigingen en stimuleert hen om hun sportaanbod te vergroten. Denk hierbij aan bv. het opzetten van een G-team. Daarnaast wil de Fitfabriek het sporten voor mensen met een beperking promoten. Om een goed beeld te kunnen geven van de sporten binnen de regio Bergen op Zoom, Steenberghe, Tholen, Woensdrecht en Halderberge is er een speciale site: www.unieksporten.nl

Waar
Bergen op Zoom

Wanneer -

Vervoer -

Kosten -

Begeleiding -

Rolstoeltoegankelijk -

Aanmelden via
g.piepenbroek@sportbedrijfboz.nl
www.unieksporten.nl



Fitkids

Fitkids is een beweegprogramma voor kinderen van 6 tot 18 jaar met een chronische ziekte, beperking of langdurige aandoening. De groep bestaat uit 4 tot maximaal 8 deelnemers.

Waar
Fysioboz locatie De Grebbe en Vijverberg Bergen op Zoom

Wanneer
Maandag, dinsdag, woensdag en vrijdag 16.00 - 18.00 uur wekelijks.
Voor exacte tijden neem je contact op met de praktijk.

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
Wordt vergoed door de zorgverzekeraar

Begeleiding
Niet nodig, is beroepskracht aanwezig

Rolstoeltoegankelijk
Ja

Aanmelden via
info@fysioboz.nl
0164 - 262204



Gympuls

Gymnastiek voor kinderen en jongeren van 6 tot 18 jaar. Er wordt getraind in kleine groepen met veel structuur en begeleiding. Plezier is onze motivatie en samen bewegen vinden we super! Elk seizoen wordt er een andere sport aangeboden zoals tennis, volleybal, enz.

Waar
Turnzaal St. Jozef, Essen

Wanneer
Woensdag wekelijks
16.30 - 17.30 uur (13 - 18 jaar)
17.30 - 18.30 uur (6 - 12 jaar)

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
Eenmalige administratiekosten:
€ 40,00 en € 25,00 voor een jaar lidmaatschap

Begeleiding
3 Vrijwilligers

Rolstoeltoegankelijk
Nee

Aanmelden via
julie@gympuls.be
www.gympuls.be



G-Tennis

Sla eens een balletje bij de Halsterse Tennisvereniging.

Waar
Sportpark De Beek Halsteren

Wanneer
Vrijdag 17.45 - 18.45 uur wekelijks

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
20 lessen voor € 145,00

Begeleiding
Tennislessen worden gegeven door een gecertificeerde leraar.

Rolstoeltoegankelijk
Nee

Aanmelden via
info@vandenbergh-training.nl
06 - 55833724



Tennis bij Tennisvereniging Vierhoeven

Tennis is een sport voor iedereen! Op TV Vierhoeven bieden wij ook G-tennis aan. Het plezier en enthousiasme staat hierbij op de eerste plaats.

Waar
Tennisvereniging Vierhoeven Roosendaal

Wanneer
Zaterdag wekelijks (voor meer informatie en concreet tijdstip, graag contact opnemen)

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
Indicatie voor de kosten is ca. € 150,00 voor een half jaar les + contributie.

Begeleiding
Tennislessen worden gegeven door een gecertificeerde leraar.

Rolstoeltoegankelijk
Ja, ook leenstoel mogelijk

Aanmelden via
training@tvvierhoeven.nl
www.tvvierhoeven.nl



RSC Alliance

Voetbal voor (jong) volwassenen met een beperking

Waar
Sportpark Kortendijk
Zundertseweg 17 Roosendaal

Wanneer
Woensdag wekelijks
20.00 uur (training)
Zaterdag wekelijks
12.30 uur (thuiswedstrijden)
Uitwedstrijden zijn op
wisselende tijden.

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
Contributie € 211,00 per
seizoen + € 10,00 inschrijfgeld

Begeleiding
Trainer en leider van het elftal

Rolstoeltoegankelijk
Nee

Aanmelden via
rsc-alliance.nl/lid-worden



RKVV Voetbal

Vind je het leuk om samen met anderen een balletje te schoppen? Kom dan bij RKVV Roosendaal!

Waar
Sportpark Hulsdonk
Roosendaal

Wanneer
Dinsdag wekelijks
19.00 - 20.00 uur (Senioren)
Woensdag wekelijks
17.45 - 18.45 (Junioren)
Wedstrijden zijn op zaterdag.
Tijden variabel

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
Club-lidmaatschap afhankelijk
van leeftijd, zie website

Begeleiding
2 Vrijwilligers

Rolstoeltoegankelijk
Nee

Aanmelden via
gcoordinator@rkvvroosendaal.nl
www.rkvvroosendaal.nl



G-Voetbal Ossendrecht

Wekelijks worden trainingen aangeboden voor jongvolwassenen met een verstandelijke/ lichamelijke beperking.

Waar
Odio Ossendrecht

Wanneer
Dinsdag wekelijks
19.30 - 20.30 uur

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
Kosten worden in de toekomst
bepaald

Begeleiding
2 Vrijwilligers

Rolstoeltoegankelijk
Nee

Aanmelden via
Jeroen Goossens
06 - 17145321



Moc'17 Voetbal

Het voetbal wordt aangeboden voor kinderen/jeugdigen en volwassenen met een verstandelijke en/of lichamelijke beperking.

Waar
Sportpark Rozenoord
Bergen op Zoom

Wanneer
Woensdag wekelijks
17.30 - 18.30 uur (Jeugd)
20.30 - 21.30 uur (Senioren)

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
€ 141,00 (Jeugd)
€ 193,00 (Senioren)

Begeleiding
Trainers van Moc'17

Rolstoeltoegankelijk
Nee

Aanmelden via
chantal.tebbens@stadlander.nl
06 - 51630065
www.moc17.nl



MHC Tempo Hockey

Lijkt het jou leuk om kennis te maken met de hockeysport? Kom dan een keertje mee trainen.



Waar

Sportpark Rozenoord
Bergen op Zoom



Wanneer

Zaterdag 10.15 - 11.45 uur
wekelijks (vooraf aanmelden
noodzakelijk!)



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

Gratis



Begeleiding

Begeleiding aanwezig vanuit
MHC Tempo in de vorm van
een trainer



Rolstoeltoegankelijk

Nee



Aanmelden via

anneliekdebont@gmail.com



Mattie Multi Sports

Aleco verzorgt Mattie Multi Sports!
Lekker in beweging, leuke spellen en
met je eigen leeftijdsgenoten! Sporten
voor kinderen uit speciaal onderwijs



Waar

Talentencentrum Zuidwest-
Nederland, sportpark
Vierhoeven Roosendaal



Wanneer

Zaterdag 11:00 - 12:00
wekelijks



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

Gratis t/m juni 2023.
Daarna € 22,50 per maand
(1x per week)



Begeleiding

1 trainer



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via

chelsey@aleco.nl



Tai Chi Roosendaal

Tai Chi is een Chinese bewegings-
kunst waarbij ontspannende en
rustgevende oefeningen centraal
staan. Je gaat je gezonder, fitter
en rustiger voelen. Deze sport heeft
een lage impact op het lichaam en
werkt rustgevend. Tai Chi kan vanuit
een rolstoel beoefend worden en is
geschikt voor alle leeftijden.



Waar

Buurthuis De Wieken
Roosendaal



Wanneer

Vrijdag 10.00 - 11.00 uur
wekelijks



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

€ 10,00 per losse les
€ 10,00 inschrijfkosten
€ 75,00 abonnement 10 lessen



Begeleiding

Tai Chi instructeur



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via

welkom@taichiroosendaal.nl
06 - 34853976
www.taichiroosendaal.nl



Atletiek

Atletiek bestaat uit een aantal
onderdelen. Het rennen en sprinten
zijn de bekendste vormen van
atletiek. Maar ook het kogelstoten,
discuswerpen, verspringen en
hoogspringen komen aan bod.



Waar

Sportpark Rozenoord
Bergen op Zoom
In de winter: Freerunners op
Sportpark Rozenoord, andere
atleten in De Karmel



Wanneer

Woensdag 19.00 - 20.00 uur
wekelijks



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

Afhankelijk van de leeftijd
tussen € 25,15 en € 44,45 per
kwartaal. Om kennis te maken
kan aan vier trainingen gratis
worden deelgenomen.



Begeleiding

1 Vrijwilliger per 4 deelnemers



Rolstoeltoegankelijk

Ja (FrameRunners)



Aanmelden via

ggroep@spado.nl



Judo

IKIGAI is een stichting die gericht is op het aanbieden van judo aan kinderen/jongeren die wat extra hulp kunnen gebruiken vanwege een beperking of handicap. Doel is om het kind/jongere middels judo sportplezier te laten beleven en het zelfvertrouwen en de weerbaarheid te vergroten. De groep wordt begeleid door een docent met veel ervaring met de doelgroep.

Waar
Markiezaten Bergen op Zoom

Wanneer
Woensdag 17.00-17.45 uur
wekelijks

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
€ 25,00 per maand

Begeleiding
Trainer, 1 vrijwilliger en vaak een stagiair (eigen begeleiding bij omkleden is wenselijk)

Rolstoeltoegankelijk
In overleg

Aanmelden via
sportschool.ikigai@gmail.com
06 - 19902812
www.sportschool-ikigai.nl



Bowlen Bergen op Zoom

Het komt bij bowlen niet aan op kracht, maar techniek. Een spel kent tien beurten. Hierbij probeer je zoveel mogelijk kegels om te gooien.

Waar
Bowlingcentrum
Bergen op Zoom

Wanneer
Zaterdag 11.00 - 12.00 uur
1x in de 2 weken

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
€ 8,00 per keer

Begeleiding
1 Vrijwilliger per 5 deelnemers

Rolstoeltoegankelijk
Ja

Aanmelden via
secretariaat@
bvbergenopzoom.nl



Bowlen Roosendaal

Het komt bij bowlen niet aan op kracht, maar techniek. Een spel kent tien beurten. Hierbij probeer je zoveel mogelijk kegels om te gooien.

Waar
Playdôme Roosendaal

Wanneer
Donderdag 18.45 - 20.15 uur
1x in de 2 weken

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
€ 10,50 per keer, € 9,50 per keer
voor SDW-cliënten

Begeleiding
1 Vrijwilliger per 5 deelnemers

Rolstoeltoegankelijk
Nee

Aanmelden via
vrijtijd@sdwzorg.nl
www.sdw.nl/activiteiten
Of scan de QR code



Karten

Wat je op de weg niet mag, mag je op een kartbaan wel. Zo hard rijden als je kunt. Zo'n kart besturen en je eigen score telkens weer verbeteren, geeft je een echte kick.

Waar
Playdôme Roosendaal

Wanneer
Maandag 19.45 - 21.00 uur
1x in de 4 weken

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
€ 17,00 per keer, € 16,50 per
keer voor SDW-cliënten

Begeleiding
1 Vrijwilliger per 4 deelnemers

Rolstoeltoegankelijk
Nee

Aanmelden via
sdw.nl/activiteiten
vrijtijd@sdwzorg.nl
Of scan de QR code





Aqua-Sport

Aqua-sport is sporten in het water. Het is een combinatie van oefeningen, aquarobic en zwemmen. Iedereen kan op zijn eigen niveau mee doen met de oefeningen, een les duurt 45 minuten. Na afloop kun je nog even samen genieten van een kopje koffie of thee. En je voelt je weer helemaal fit.

Waar
Zwembad De Stok Roosendaal

Wanneer
Donderdag 19.15 - 20.00 uur
1x in de 2 weken

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
€ 8,50 per keer, inclusief koffie/
thee na afloop
€ 93,40 voor 12-badenkaart

Begeleiding
1 Vrijwilliger per 5 deelnemers

Rolstoeltoegankelijk
Ja, in overleg

Aanmelden via
info@destok.nl



Zwemmen De Oogappels

De Oogappels is een onderdeel van zwemvereniging De Krabben. De training wordt gegeven in het instructiebad van zwembad "De Schelp" en bestaat uit het opbouwen van conditie, het bewegen van alle spieren en vrij spel. Deelnemers moeten kunnen zwemmen om bij de Oogappels te komen. Gezien de samenstelling van de groep en de omkleedmogelijkheden is er voor vrouwelijke deelnemers een wachtlijst.

Waar
Zwembad de Schelp Bergen
op Zoom

Wanneer
Woensdag 18.15 - 19.15 uur
wekelijks

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
€ 15,50 per maand

Begeleiding
1 Vrijwilliger per 3 deelnemers

Rolstoeltoegankelijk
Nee

Aanmelden via
www.dekrabben.nl



Paardrijden bij Impuls

Stichting Paardrijden voor Gehandicapten 'Impuls' biedt op een verantwoorde manier paardrijlessen aan mensen met een beperking. SPG Impuls biedt deze doelgroep tevens een lager tarief om paard en wagen te huren (incl. koetsier). Meer info of reserveren: zie contactgegevens.

Waar
Nispenseweg 90, Nispen
(Bezoek alleen op afspraak)

Wanneer
Maandag en woensdag
19.00 - 21.00 uur wekelijks
Een les duurt 30 minuten

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
€ 130,00 per kwartaal
(= gemiddeld 10 lessen)

Begeleiding
Zonodig, max. 3 vrijwilligers per
ruiter

Rolstoeltoegankelijk
Ja, maar beperkt

Aanmelden via
info@stichting-impuls.nl
06 - 57019140
www.stichting-impuls.nl



Paardrijden 't Vrolijke Ruitertje

Paardrijden opent een nieuwe wereld: even loskomen van je handicap, de aandacht richten op een ander: jouw vaste vriend "je paard". Plezier en ontspanning staan hierbij voorop.

Waar
Hoogerheide en Etten-Leur

Wanneer
Hoogerheide: zaterdagmiddag
wekelijks
Etten-Leur: maandag- en
donderdagavond wekelijks

Vervoer
Zelf regelen

Kosten
€ 72,50 per kwartaal

Begeleiding
Hangt af van wat nodig is,
door vrijwilligers

Rolstoeltoegankelijk
Ja

Aanmelden via
info@hetvrolijkeruitertje.nl
0164 - 244017



Darten

Darten wordt gespeeld met drie pijltjes (darts) en een dartbord. 180 Punten is het hoogste wat je kunt gooien en waar iedere darter voor gaat. Bij dartclub De Speerprikkers wordt wekelijks gespeeld in competitieverband. Zoek je sportiviteit en gezelligheid dan is dit een schot in de roos!



Waar

Buurtcentrum de Wieken
Roosendaal



Wanneer

Donderdag 19.30 - 21.00 uur
wekelijks



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

Op aanvraag



Begeleiding

1 Vrijwilliger per 4 deelnemers



Rolstoeltoegankelijk

Ja



Aanmelden via

rdfdarts@gmail.com
Er is momenteel een wachtlijst.



Poolen

Poolen heeft geen ingewikkelde spelregels. Iedereen kan het snel leren en begrijpen. De 17 ballen stoot je in een van de gaten van de pooltafel. Als je de tafel 'leeg' speelt, verdien je een punt. Wie de meeste punten heeft, is uiteindelijk de winnaar.



Waar

Provoosthuis Bergen op Zoom



Wanneer

Dinsdag 19.30 - 20.30 uur
1x in de 2 weken



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

€ 7,00 per keer, € 6,00 per keer
voor SDW-cliënten



Begeleiding

1 Vrijwilliger per 5 deelnemers



Rolstoeltoegankelijk

Nee



Aanmelden via

vrijetijd@sdwzorg.nl
sdw.nl/activiteiten
Of scan de
QR code



Jeu de boules

Gezellig met elkaar jeu de boules spelen en in de pauze onder het genot van een consumptie bijkletsen.



Waar

Jeu de Boulesvereniging
Petangeske Bergen op Zoom
(Sportpark Rozenoord)



Wanneer

Donderdag 19.30 - 21.00 uur
1x in de 2 weken



Vervoer

Zelf regelen



Kosten

€ 66,00 per jaar



Begeleiding

Zoveel als nodig is, verzorgd
door Petangeske



Rolstoeltoegankelijk

Ja, op de binnen- en
buitenbanen



Aanmelden via

wimnout@gmail.com



Wandelclub De Zandlopertjes

Houd jij ook zo van een stevige wandeling met aansluitend een bakje koffie of thee? Dan is deze activiteit zeker iets voor jou!



Waar

Wlc 't Zand Roosendaal



Wanneer

Zaterdag 10.00 - 11.45 uur
1x in de 2 weken



Vervoer

Zelf regelen naar Wlc 't Zand



Kosten

Strippenkaart
10 keer voor € 39,00



Begeleiding

1 Vrijwilliger per 5 deelnemers



Rolstoeltoegankelijk

Nee



Aanmelden via

vrijetijd@sdwzorg.nl
www.sdw.nl/activiteiten
Of scan de QR code



Voor al uw onvergetelijke videoproducties

Ben je op zoek naar een maatschappelijk betrokken onderneming die voor jou een video over je bedrijf, product of (privé) evenement tegen een schappelijke prijs kan maken?

Dan ben jij bij het SDW Mediateam aan het juiste adres! Het SDW Mediateam bestaat uit mensen met een verstandelijke beperking en/of ontwikkelingsachterstand die zich willen ontwikkelen in het maken van professionele video's. Zij worden bijgestaan door medewerkers van SDW.

Ben je benieuwd wat wij al hebben gemaakt?



ONTDEK ONZE KUNST

Wist je dat S&L Zorg twee echte kunstgaleries heeft? De variatie van kunst is enorm. Van schilderijen tot keramiek en van cartoons tot landschappen. Leuk om te zien is dat onze kunstenaars hun eigen stijl hebben. **Kom eens langs in onze galeries en zie onze kunstenaars aan het werk!**



KUNSTUITLEEN

Wat is leuker dan steeds een nieuw kunstwerk in huis? Of een gang vol met kunst, die regelmatig wisselt? Onze kunstgaleries bieden beiden een kunstuitleen service. Zo maken we kunst toegankelijk voor iedereen!

KUNST & ZO

BERGEN OP ZOOM & ROSENDAAL

Meer informatie, locaties en openingstijden:
www.slzorg.nl/kunstenzo



- 06-15369150
- mediateam@sdwzorg.nl
- www.sdw.nl/mediateam
- Bovendonk 9
4707 ZH Roosendaal

KANSPLUS

info@kansplusboz.nl
www.kansplusboz.nl

BEZOEKADRES

KansPlus afdeling Bergen op Zoom
Bernadettestraat 4
4615 EV Bergen op Zoom

06 - 13476414 - bgg: 0164 - 25655



SDW

afdelingstartpunt@sdwzorg.nl
www.sdw.nl

BEZOEKADRES

SDW Hoofdkantoor
Bovendonk 9
4707 ZH Roosendaal

POSTADRES

Postbus 33
4700 AA Roosendaal

088 - 2593010



S&L ZORG

info@slzorg.nl
www.slzorg.nl

CENTRAAL KANTOOR

Onyxdijk 161a
4706 LL Roosendaal

POSTADRES

Postbus 148
4700 AC Roosendaal

088 - 7777444

