



Activiteitenkalender



Week tegen Eenzaamheid Lelystad



Van donderdag 29 september t/m donderdag 6 oktober 2022

Iedereen kan met eenzaamheid te maken krijgen. Een klein steuntje in de rug kan dan een groot verschil maken! Samen sporten, naar het theater gaan of een andere leuke activiteit doen. Wil jij graag meer contact met anderen? In de Week tegen Eenzaamheid zijn er allemaal leuke activiteiten waarbij je anderen kunt ontmoeten. Kom je ook? Je bent van harte welkom!

Samen ontbijten Iedereen **Gratis**

Leer elkaar kennen tijdens een ontbijtje.

Aanbieder Kwintes
Locatie AC de Waterspiegel, Neringweg 221
Datum en tijd Donderdag 29 september t/m donderdag 6 oktober van 10.00 tot 10.30 uur (doordeweeks)
Aanmelden (0320) 243 535

Dag van de Ouderen Senioren **€ 5,- (€ 4,- voorverkoop)**

Vier de Dag van de Ouderen met muziek, workshops en gezelligheid.

Aanbieder OSOL, Welzijn Lelystad en Sportbedrijf Lelystad
Locatie Stadhuis
Datum en tijd Zaterdag 1 oktober van 10.30 tot 15.00 uur
Aanmelden Kaartverkoop bij Atolplaza, Plein 201, Zuiderzee, De Waterbever, De Dukdalf, De Hoven

KoffieOntmoeting Iedereen **Gratis**

Wat is er gezelliger dan samen 'een lekker bakkie koffie' drinken?

Aanbieder Humanitas Ontmoeting
Locatie Lunchroom Harrels in 't Lelycentre
Datum en tijd Donderdag 29 september van 15.00 tot 16.30 uur
Aanmelden m.kuik@humanitas.nl of (06) 514 777 74

Vrij inloopspreekuur Dementie Iedereen **Gratis**

Informatie, advies en uitleen voor mensen met (beginnende) geheugenproblemen en hun omgeving.

Aanbieder Dementheek Lelystad
Locatie Hanzeborg, Koningsbergenstraat 201A
Datum en tijd Maandag 3 oktober van 13.00 tot 14.00 uur
Meer info www.dementheeklelystad.nl

Sleutelhanger of gelukspoppetje maken Zie beschrijving **Gratis**

Samen creatief bezig zijn met een kopje koffie en wat lekkers. Voor mensen met een verstandelijke beperking of psychische kwetsbaarheid.

Aanbieder TriadeVitree
Locatie Varyo, Grietenij 17 05
Datum en tijd Donderdag 29 september en dinsdag 4 oktober van 13.00 tot 15.00 uur

Workshop Interculturele Communicatie Professionals **Gratis**

Kennis opdoen over het werken met zorgvragers met een andere achtergrond onder begeleiding van trainer Shanti Tuinstra.

Aanbieder Welzijn Lelystad
Locatie Atolplaza, Schor 1 9
Datum en tijd Maandag 3 oktober van 13.00 tot 15.00 uur
Aanmelden c.jouvenaz@welzijnlelystad.nl (uiterlijk 28 september)

OldStars tennis Senioren 55+ **Gratis**

Laagdrempelig tennissen met begeleiding en warming-up met koffie/thee.

Aanbieder OldStars tennis
Locatie Tennisvereniging ITL, Houtribweg 10
Datum en tijd Donderdag 29 september en donderdag 6 oktober van 9.30 tot 12.30 uur
Aanmelden r.schraa@hotmail.com of (06) 22668070
Meer info www.itl-tennis.nl

Beauty & nagels Iedereen **€ 2,50**

Laat je lekker verwennen met een (gel)lakje. Kom op tijd (vol is vol).

Aanbieder Kwintes
Locatie AC de Waterspiegel, Neringweg 221
Datum en tijd Maandag 3 oktober van 13.30 tot 16.00 uur
Meer info (0320) 243 535

OpenJeHart Wandeling Iedereen **Gratis**

Samen wandelen in de natuur en nieuwe contacten maken.

Aanbieder OpenJeHart en Mantelkring
Locatie • Natuurpark Lelystad, Vlotgrasweg 11
 • Hanzeborg, Koningsbergenstraat 201A
Datum en tijd • Vrijdag 30 september van 10.00 tot 11.00 uur (Natuurpark)
 • Maandag 3 oktober van 19.00 tot 20.00 uur (Hanzeborg)
 • Woensdag 5 oktober van 13.00 tot 14.00 uur (Natuurpark)
Aanmelden events@lwpc.nl of (088) 7878988
Meer info www.openjehart.nu/lelystad

Informatieavond eenzaamheid Iedereen **Gratis**

Hoor alles over eenzaamheid genietend van een kopje koffie. Wat is het, wat doet het en wat kun je eraan doen?

Aanbieder Welzijn Lelystad
Locatie Atolplaza, Schor 1 9
Datum en tijd Dinsdag 4 oktober van 19.00 tot 20.30 uur
Aanmelden Welzijn Lelystad (0320) 707159
Meer info a.rijpsma@welzijnlelystad.nl of (0320) 707159

Met elkaar zorgen we voor minder eenzaamheid in Lelystad

Bingo Iedereen **€ 1,- per kaart**

Bingo met leuke prijzen met in totaal 3 speelrondes.

Aanbieder Kwintes
Locatie AC de Waterspiegel, Neringweg 221
Datum en tijd Vrijdag 30 september van 14.00 tot 15.30 uur
Meer info (0320) 243 535

Kom binnenkijken bij Challenge Up Jongeren 16-27 jr **Gratis**

Kom proeven van de activiteiten en mogelijkheden.

Aanbieder Challenge Up
Locatie Hanzeborg Lelystad, Koningsbergenstraat 201A
Datum en tijd Dinsdag 4 oktober van 15.00 tot 18.15 uur en woensdag 5 t/m vrijdag 7 oktober van 14.00 tot 17.00 uur
Aanmelden challengeup@welzijnlelystad.nl of Whatsapp (06) 11315716
Meer info FB: challengeuplelystad - Insta: challengeuplelystad

De eettafel Iedereen **€ 3,50**

Met een klein budget gezond, gevarieerd en gezellig samen eten.

Aanbieder Kwintes
Locatie AC de Waterspiegel, Neringweg 221
Datum en tijd Vrijdag 30 september en zaterdag 1, maandag 3 en woensdag 5 oktober van 18.00 tot 19.00 uur.
Aanmelden (0320) 243 535

Taartenbakactie Jongeren 14-27 jr **Gratis**

Kom een bakpakket ophalen en bak een taart voor een ander.

Aanbieder Challenge Up
Locatie Hanzeborg Lelystad, Koningsbergenstraat 201A
Datum en tijd Pakketten afhalen maandag 3 oktober t/m donderdag 6 oktober van 13.00 tot 16.00 uur
Aanmelden challengeup@welzijnlelystad.nl of Whatsapp (06) 11315716 (aanmelden voor 28 september)
Meer info FB: challengeuplelystad - Insta: challengeuplelystad

Informatiestand Een tegen Eenzaamheid Iedereen **Gratis**

Ontdek meer over Een tegen Eenzaamheid Lelystad en onze activiteiten. Krijg hulp bij het installeren van de app 'Lelystad met Elkaar'.

Aanbieder Een tegen Eenzaamheid Lelystad
Locatie BinnenInn, Neringpassage 54
Datum en tijd Zaterdag 1 oktober van 10.00 tot 14.00 uur

Moustafa Talk! Jongeren 14-27 jr **Gratis**

Moustafa Makhlof vertelt vanuit zijn eigen levensverhaal hoe hij dromen en doelen omzet in TOF werk.

Aanbieder Challenge Up, Welzijn Lelystad, Praatcafé Special
Locatie Hanzeborg Lelystad, Koningsbergenstraat 201A
Datum en tijd Dinsdag 4 oktober van 19.00 tot 20.30 uur (18.30 inloop)
Aanmelden challengeup@welzijnlelystad.nl of Whatsapp (06) 11315716
Meer info FB: challengeuplelystad - Insta: challengeuplelystad



Download ook de activiteiten app 'Lelystad met Elkaar'



Vrijwilligerstraining

Vrijwilligers

Gratis

Trainingsmiddag 'Een tegen Eenzaamheid' voor vrijwilligers in het Sociaal Domein.

Aanbieder Welzijn Lelystad
Locatie Atolplaza, Schor 1 9
Datum en tijd Woensdag 5 oktober van 13.00 tot 15.30 uur
Aanmelden a.rijpsma@welzijnlelystad.nl (06) 43507210 of a.buijert@welzijnlelystad.nl (06) 28325134



Gratis knippen

Iedereen

Gratis

Speciaal in deze week eenmalig gratis knippen in het kniphokje. Kom op tijd (vol is vol).

Aanbieder Kwintes
Locatie AC de Waterspiegel, Neringweg 221
Datum en tijd Woensdag 5 oktober van 13.30 tot 16.30 uur
Meer info (0320) 243 535



Karaoke middag

Iedereen

Gratis

Een middag gezelligheid, samen zingen met een hapje en drankje.

Aanbieder Kwintes
Locatie AC de Waterspiegel, Neringweg 221
Datum en tijd Woensdag 5 oktober van 13.30 tot 16.30 uur
Meer info (0320) 243 535



Bloemstukje maken

Kinderen

Gratis

Maak samen een mooi bloemstukje voor jezelf of om te geven aan iemand in je omgeving.

Aanbieder BinnenInn
Locatie BinnenInn, Neringpassage 54
Datum en tijd Woensdag 5 oktober van 15.00 tot 16.30 uur



Bewegen op Maat

Senioren 50+

Gratis

Speels en laagdrempelig bewegen voor 50-plussers met een lichte fysieke beperking.

Aanbieder Sportbedrijf Lelystad
Locatie Atolplaza, Schor 1 9
Datum en tijd Woensdag 5 oktober van 16.45 tot 17.45 uur



Dikke Dames schilderen

Iedereen

Gratis

Zelf een echt schilderij maken uit de serie van de Dikke Dames, om mee naar huis te nemen (ervaring niet nodig).

Aanbieder OpenJeHart en Mantelkring
Locatie Hanzeborg Lelystad, Koningsbergenstraat 201A
Datum en tijd Woensdag 5 oktober van 19.00 tot 21.30 uur
Aanmelden events@lwpc.nl of (088) 7878988
Meer info www.openjehart.nu of www.mantelkring.nl of www.aandachtcentrum-lelystad.nl



First Dates

Singles

Gebruikte consumpties

Meld je aan en wij proberen een match te vinden.

Onze vrijwilligers verzorgen met liefde een lekkere maaltijd.
Aanbieder BinnenInn
Locatie BinnenInn, Neringpassage 54
Datum en tijd Donderdag 6 oktober van 18.30 tot 21.00 uur
Aanmelden info@binneninnlelystad.nl (vóór 29 september)



Buurtkamer

Iedereen

Gratis

In een gezellige sfeer mensen uit je wijk ontmoeten, samen activiteiten doen, koffie drinken en lunchen.

Aanbieder Welzijn Lelystad
Locatie De buurtkamers (zie website)
Datum en tijd Maandag t/m vrijdag van 10.00 tot 15.00 uur
Meer info www.welzijnlelystad.nl/buurtkamers of (0320) 707 159



Koffietafel

Iedereen

Gratis

Loop een keer binnen om een praatje te maken aan de grote koffietafel.

Aanbieder Welzijn Lelystad
Locatie Atolplaza, Waterbever, Hanzeborg, Dukdalf en Zuiderzee
Datum en tijd Elke doordeweekse ochtend
Meer info (0320) 707 159



Inloophochtend

Iedereen

Gratis

Inloophochtend met koffie/thee en gebak.

Aanbieder IDO en Welzijn Lelystad
Datum en tijd Elke doordeweekse ochtend van 10.00 tot 12.00 uur
• Maandag t/m vrijdag (Inloophuis Open Haven)
• Maandag t/m donderdag (Inloophuis Waterwijk)
• Dinsdag t/m vrijdag (Buurthuis Dukdalf)



Huis voor Taal Inloop

Iedereen

Gratis

Kom oefenen met de Nederlandse taal.

Aanbieder Huis voor Taal
Locatie FlevoMeer Bibliotheek, De Promesse 4
Datum en tijd • Elke maandag en donderdag van 13.00 tot 15.00 uur
• Elke dinsdag en woensdag van 10.00 tot 12.00 uur
Meer info www.huisvoortaal.nl



Anker op Dinsdag voor de buurt

Iedereen

Gratis

Wekelijkse inloophochtend met (groeps)activiteiten zoals wandelen, creativiteit, spelletjes, zingevingsprekken of gezellig kletsen.

Aanbieder Kerkgemeenschap Het Anker
Locatie Het Anker, Karveel 33 01
Datum en tijd Elke dinsdag van 10.00 tot 12.00 uur
Meer info www.hetankerlelystad.nl/ankeropdinsdag



GoldenSports

Senioren 55+

€ 3,-

Samen met buurt- en leeftijdsgenoten aan conditie, lenigheid, balans en spierkracht werken.

Aanbieder KernGezond
Locatie VV Unicum, Schouw 54 01
Datum en tijd Elke dinsdag van 11.00 tot 12.00 uur
Meer info www.sportinlelystad.nl/goldensports



Gezamenlijk lunchen

Iedereen

Gebruikte consumpties

Kom met je eigen gevulde broodtrommeltje en lunch mee, want samen eten is gezelliger.

Aanbieder BinnenInn
Locatie BinnenInn, Neringpassage 54
Datum en tijd Elke dinsdag t/m zaterdag van 11.30 tot 13.30 uur
Meer info www.binneninnlelystad.nl



3-gangendiner Resto VanHarte

Iedereen

€ 7,- (kinderen € 3,50)

Gezellig diner met live muziek.

Aanbieder Resto VanHarte
Locatie Wijkcentrum Zuiderzee, Waddenlaan 1
Datum en tijd Elke dinsdag van 18.00 tot 20.00 uur (inloop 17.30 uur)
Aanmelden website of (0900) 9003030
Meer info www.restovanharte.nl



Mamacafé

Ouders met kinderen 0-2 jr

Gratis

Ontmoet andere ouders en kinderen.

Aanbieder Humanitas, Kraamzorg, Gemeente, GGD
Locatie FlevoMeer Bibliotheek, De Promesse 4
Datum en tijd Elke woensdag van 10.00 tot 12.00 uur
Meer info www.limonadebrigade.nl/lelystad



De Derde Helft

Senioren 55+

Gratis

Bewegen en ontmoeten met koffie of thee en wekelijkse activiteiten voor en door senioren zoals jeu de boules, sjoelen, tafeltennis en darten.

Aanbieder De Derde Helft
Locatie ITL tennisvereniging, Houtribweg 10
Datum en tijd Elke donderdag van 9.30 uur tot 12.30 uur
Aanmelden r.schraa@hotmail.com of (06) 22668070
Meer info www.itl-tennis.nl



Buizerd in Beweging

Senioren 65+

€ 4,-

Nieuwe mensen ontmoeten en tegelijkertijd aan uw conditie werken.

Aanbieder Sportbedrijf Lelystad
Locatie Wooncomplex de Buizerd, Tjalk 10 32
Datum en tijd Elke donderdag van 10.30 tot 12.00 uur
Aanmelden m.tollenaar@sportbedrijf.nl
Meer info www.sportinlelystad.nl/buizerd-in-beweging



Peutercafé

Ouders met kinderen 2-4 jr

Gratis

Ontmoet andere ouders en kinderen.

Aanbieder FlevoMeer Bibliotheek i.s.m. Humanitas, Kraamzorg, Gemeente en GGD
Locatie Bibliotheek, De Promesse 4
Datum en tijd Elke vrijdag van 10.00 tot 12.00 uur
Meer info www.limonadebrigade.nl/lelystad



De Luisterlijn

Iedereen

Beltarif

Praten lucht op. De Luisterlijn is er voor iedereen die behoefte heeft aan een luisterend oor. Bel naar (088) 0767000.

Aanbieder De Luisterlijn
Datum en tijd 24 uur per dag, 7 dagen in de week
Meer info www.deluisterlijn.nl

We doen het met elkaar!

- We brengen eenzaamheid onder de aandacht
- We maken eenzaamheid bespreekbaar
- We zorgen ervoor dat niemand er alleen voor hoeft te staan

Ervaar jij eenzaamheid en wil je hulp bij het maken van (nieuwe) contacten? Kijk op www.welzijnlelystad.nl of bel gratis met 0800-0889.

Agora Atletiek Vereniging Spirit Lelystad BinnenInn Buurthuis De Brink Buurtvereniging Het Palet Centra Coloriet Filmtheater Lelystad Flever Flevolandse Theatervereniging JTL Flevomeer Bibliotheek fresh focus GGD Flevoland Gemeente Lelystad GOL (Georganiseerd Overleg Lelystad) Het Anker Huisartsengroep Pandion Humanitas Icare IDO (Interkerkelijk Diakonaal Overleg) InteraktContour John F Kennedy scouting Jongeren maken de Stad KBO (Katholieke Ouderen Bond) Kubus Kwintes Leger des Heils Lelystadse Uitdaging Lelystad Akkoord Lelystad Vitaal Luisterlijn Mantelkring MBO college MDF (Maatschappelijke Dienstverlening Flevoland) MEE IJsseloevers Moskee El Iman OpenJeHart OSOL Pastoor Consult PCOB (Christelijke Ouderen Bond) Penitentiaire Inrichting Lelystad Prins Petfood Provincie Flevoland Resto van Harte Rotary Scouting Ascanen Senioren Zomerdaagse Lelystad Sportbedrijf Lelystad SV Batavia '90 Tennisvereniging ITL Triade Vraag Elkaar VN Apotheek Welzijn Lelystad Werkbedrijf Lelystad Woonzorg Flevoland

Wij doen mee!

www.lelystad.nl/eentegeneenzaamheid
#eentegeneenzaamheidlelystad

EEN TEGEN EENZAAMHEID LELYSTAD
Aangesloten bij coalitie: