



*Voorjaar 2017*

# ***Cultureel programma*** *De Wartburg*



**Axioncontinu**

*wonen, zorg en revalidatie*

*Voor u ligt het nieuwe Cultureel programma van De Wartburg. De Wartburg heeft een bruisend activiteitenprogramma. U kunt kiezen uit verschillende activiteiten en verenigingen op allerlei gebied, van sport en spel tot muzikaal. Het activiteitenaanbod biedt voor ieder wat wils.*

Elk jaar doen we ons best om het programma te verbeteren en zo veel mogelijk op uw wensen te laten aansluiten. Nieuw dit jaar is de samenwerking met 'Spelendergrijs'.

### **Cultureel paspoort**

Bewoners van de serviceappartementen en mensen uit de wijk kunnen tegen betaling deelnemen aan activiteiten met een cultureel paspoort. Dit kost €45,00 per jaar. Hiermee krijgt u toegang tot de meeste activiteiten. Een kopje koffie

of thee is inbegrepen. Voor enkele activiteiten kan een aanvullende extra bijdrage worden gevraagd. Dit wordt nadrukkelijk vermeldt.

### **Team Welzijn**

Binnen De Wartburg is een aantal welzijnsmedewerkers verantwoordelijk voor de organisatie van het verenigingsleven. Daarnaast zijn zij ook verantwoordelijk voor het verzorgen van activiteiten in de huiskamers voor dementerende bewoners.

Wij wensen u veel plezier met het programma.

Team welzijn De Wartburg

- Marcel Knijff
- Marieke Brouwers
- Patricia Grimmelikhuijsen
- Mieke Egtberts
- Simone Polman

## **Verenigingen**

### *Sport en bewegen*

#### **Tai Chi**

Tai Chi is een bewegingskunst, gericht op de bevordering van lichamelijke gezondheid en geestelijk welzijn. Tai Chi helpt de spieren en gewrichten los te houden en bevordert een goede houding. Om de activiteit voor iedereen toegankelijk te maken, wordt deze zittend uitgevoerd.

#### **Beweeg je fit**

Zoals het spreekwoord zegt: 'Rust Roest', dus blijf in beweging en kom naar de activiteit 'Beweeg je fit'. We bewegen op muziek en er

is beweegmateriaal. Na afloop is er vers fruit en wat drinken.

#### **Koersbal**

Het lijkt op jeu de boules, maar dan net een tikkie anders. Uit de koers om het zo maar te zeggen. In twee teams gaan we met elkaar de strijd aan. Doe mee en raak eraan verslingerd.

#### **Wandelclub 'Blokje om'**

Op dinsdagmiddag gaan we wandelen. U kunt zich hiervoor opgeven. Wij komen dan bij u langs om een wandelafpraak te maken.

### *Spel*

#### **Oud Hollands Spelplezier**

Wij beschikken over verschillende spellen, zoals sjoelen, scrabble en mens-erger-je-niet. Maar u kunt hierbij ook denken aan geheugen-training, spreekwoorden en gezegden en spellen waarbij we teruggaan in de tijd.



#### **Klaverjasvereniging**

Ook aan de kaarters is gedacht. Met een enthousiaste groep spelen we klaverjassen in De Palas. Als u moeite heeft de kaarten vast te houden, kunt u nog altijd mee doen.

#### **Bingo**

Een keer in de maand wordt een bingomiddag georganiseerd. Heeft u hulp nodig voor het bijhouden van de kaart, er is hulp bij aanwezig. We spelen drie rondes. Soms is er aan het einde nog een verloting.







## Creatief

### Hobbymiddag

Bij de hobbymiddag bent u in de gelegenheid om onder begeleiding van vrijwilligers kaarten te maken. Iedere week krijgt een bewoner de gelegenheid om een kaart te sturen naar een naaste met 'groeten uit...'

### Met naald en draad

Wilt u breien, haken of borduren? Het kan allemaal. Onze vrijwilligers helpen u graag. De gemaakte werkjes worden tijdens een markt verkocht. De opbrengst komt ten goede aan de bewoners van De Wartburg.

## Muziek

### Allegro

Op donderdagochtend zingen we gezamenlijk liedjes van vroeger. Kunt u nog zingen, zing dan mee of kom luisteren.

Een vrijwilligster begeleidt de liedjes op de piano en zal zo nu en dan een lied ten gehore brengen.

### Live muziek met 'Gniffel'

Elke maandag komt er een vrijwilliger met zijn gitaar om samen met de bewoners te zingen. De liedteksten zet hij op scherm zodat u goed kunt meezingen.

### Goud van oud

Een keer in de maand is er een gezellige muziekmiddag in het Domplein. Er worden plaatjes aangevraagd en er wordt gedanst op 'gouwe ouwen'.

## Culinair

### 'Uit eten in eigen huis'

Een aantal keer per jaar houden wij een themadiner in De Palas. Denk aan een pannenkoekenavond, een diner van een bepaald land of een Belgische frietavond. Steeds met live muziek in het thema.

### 'Koken en bakken op 1'

Om de week is er op woensdag koken óf bakken. Mieke gaat aan de slag met één bewoner. Een recept van vroeger maken of iets heel nieuws. U mag het zeggen.

## Overig

### Groenvereniging

Eind februari starten we weer met de groenvereniging. De Wartburg heeft een mooie binnentuin met verhoogde gedeelten waar je goed kunt tuinieren.

### Vrijdag Museumdag

Vrijdag Museumdag is een uniek project in Utrecht. Ongeveer twee keer per maand trakteren de Utrechtse musea bewoners van o.a. De Wartburg op een speciale ochtend in het museum.

### Donderdagavond activiteit

Zin om in de avond eens wat aanspraak te hebben? Kom dan naar de 'Soos', de karaoke-avond of de klassieke muziek. Iedere week weer iets anders.

### Bibliotheek

Wilt u graag lezen? Kom dan naar het Domplein waar wij een prachtige collectie met boeken hebben, waaronder grootletterboeken. Maar er zijn ook prentenboeken en tijdschriften. U kunt de boeken lenen, maar ook bij ons lezen en ondertussen genieten van koffie of thee. Er is een tafel met leesloep.

## Spelendergrijs

Spelendergrijs is een jonge organisatie die talentvolle studenten en scholieren koppelt aan woonzorgcentra. Door met jongeren te werken kunnen zij verfrissende activiteiten aanbieden die vermaken, verdiepen, verbreden en verkennen. Zo helpen zij de ouderen én geven zij talenten de kans zich onder begeleiding te ontwikkelen. Zij geloven dat het samenbrengen van die twee leeftijdsgroepen een onvervangbare ervaring oplevert. Niet elke week hetzelfde liedje, maar een keer de klanken van een jonge violiste uit de buurt of een theater of dansvoorstelling. Jong geleerd is oud gedaan! Voor meer informatie: [www.spelendergrijs.nl](http://www.spelendergrijs.nl).

## Vrijwilligers

Veel werk wordt verzet door zo'n zestig vrijwilligers die actief zijn in de Wartburg. Dankzij de inzet van deze vrijwilligers kunnen wij een grote diversiteit aan activiteiten aanbieden. Daarnaast kunt u zelf ook een vrijwilliger 'aanvragen', bijvoorbeeld om te wandelen of voor een bezoekje. Ook werken wij regelmatig samen met scholen, vrijwilligersorganisaties en bedrijven.

Monique den Boer is de vrijwilligerscoördinator.  
Tel. 06-100 14 025 of e-mail [mdenboer@axioncontinu.nl](mailto:mdenboer@axioncontinu.nl)

## Meer informatie

Actuele informatie kunt u vinden op het weekschema of in het Wartburgnieuws. Verder maken wij ons programma vanuit welzijn kenbaar met de flyers en via de kabelkrant.

# Evenementen & feestdagen\*

Een actueel overzicht – inclusief tijden en locaties – vindt u op het weekschema

## Donderdag 5 januari

Nieuwjaarsconcert  
Marcel Timmermans

## Dinsdag 10 januari

Verjaardag van De Wartburg

## Donderdag 12 januari

Lezing Spelendergrijs

## Donderdag 26 januari

Massageschool

## Donderdag 2 februari

Carnavalsviering

## Donderdag 9 februari

Valentijnsbingo

## Donderdag 16 februari

Muziekoptreden Spelendergrijs

## Woensdag 22 februari

Uit eten in eigen huis

## Donderdag 2 maart

Optreden koor

## Vrijdag 10 maart

NL DOET

## Vrijdag 17 maart

Nationale Pannenkoekendag

## Dinsdag 21 maart

Lente high tea

## Donderdag 23 maart

Lezing Spelendergrijs

## Donderdag 6 april

Muziekoptreden Spelendergrijs

## Donderdag 13 april

Paasbloemschikken

## Maandag 17 april

Paasontbijt

## Vrijdag 5 mei

Bevrijdingsdag

## Donderdag 11 mei

Lezing Spelendergrijs

## Donderdag 1 juni

Muziekoptreden Spelendergrijs

## Donderdag 22 juni

Uit eten in eigen huis

## Donderdag 29 juni

Appeltaartconcert

## Zaterdag 1 juli

Start zomerprogramma met speciale uitgave

\*Wijzigingen onder voorbehoud



**Axioncontinuu**

wonen, zorg en revalidatie