



Programmaboekje dagbesteding

U bent welkom!

Archipel Gagelbosch

het gevoel van samen



Programmaboekje dagbesteding

Alstublieft. Bij deze het Archipel Programmaboekje van Gagelbosch. Een programmaboekje vol activiteiten op creatief, sportief en cultureel gebied; zowel binnen als buitenshuis. Daarnaast vind u een overzicht van verschillende clubs, voorstellingen zoals toneel of theater, en andere uitjes waarbij ontspannen en ontmoeten centraal staan. Een uitnodiging om te ontdekken, te ondernemen en te genieten van een voor u zinvolle dag.

In dit programmaboek vindt u een overzicht van activiteiten waaraan u, mogelijk tegen betaling, kunt deelnemen. Sommige activiteiten komen elk wekelijks of maandelijks terug, maar Archipel zou Archipel niet zijn als er niet regelmatig wordt gezocht naar vernieuwing om kersverse bezigheden op de kaart te zetten. Naast de betaalde activiteiten, worden er ook andere activiteiten aangeboden (veelal recreatieve of ontspanningsactiviteiten) die gratis zijn.

Bij de samenstelling van dit dagbestedingsprogramma, laten wij ons overigens vooral leiden door uw wensen en voorkeuren.

Wij bieden dagbesteding aan in de volgende programma's:

- Sport en Bewegen
- Creatief
- Cultuur
- Sfeer en Ontspanning

Voor suggestie, ideeën, opmerkingen en vragen, kunt u terecht bij onze dagbestedingscoaches:

Suus de Vos suus.de.vos@archipelzorggroep.nl, tel: 06 51954047

Merie-An Tielemans tel: 06 51852846

merie.an.tielemans@archipelzorggroep.nl

Wij hopen u bij onze activiteiten te kunnen begroeten.

Team Dagbesteding en welzijn Archipel

Archipel Gagelbosch

Sport en bewegen



- Yoga
- koersbal
- QiGong
- Zwemmen
- MeerBewegenVoor-
Ouderen
- Wandelclub
- Duo fiets

Overzicht activiteiten

Sport en bewegen

*In onderstaande tabel kunt u zien op welke dag en tijd de activiteiten van **SPORT EN BEWEGEN** plaatsvinden.*

Activiteit	Dag	Tijd
MeerBewegenVoor Ouderen	Maandag	10.30-11.30 uur
Yoga	Vrijdag	10.30-11.30 uur
	Dinsdag	14.30-15.30
Koersbal	Woensdag	14.30-15.30 uur
Wandelclub	Donderdag	vanaf 13.30 uur
QiGong	Donderdag	19.00-20.00 uur
Zwemmen	Vrijdag	14.00-16.30 uur
Duofiets	Dagelijks te huur	vanaf 9.00 uur

Wilt u extra informatie omtrent de inhoud van bovenstaande activiteiten kunt u contact op nemen met team dagbesteding en welzijn 040-2504400

Sport en bewegen

Meer Bewegen Voor Ouderen

Bewegen is belangrijk, zeker als je ouder wordt. Bewegen houdt je langer fit en zelfredzaam. Botten en spieren worden sterker, de coördinatie verbetert en het heeft een gunstige invloed op diverse aandoeningen. Maar het is vooral ook leuk en gezellig, zeker als je het in groepsverband doet.

Onze docent heeft een speciale opleiding voor MBvO.

Wanneer

Maandag van 10.00-10.45 uur

Vrijdag van 10.00-10.45 uur

Waar

Atrium

Yoga

Door middel van yoga is het mogelijk om met oefeningen, aandacht en (kleine) inspanning het lichaam te laten ontspannen en tot rust te laten komen. Spieren worden sterker en soepeler waardoor uw houding kan verbeteren en daardoor de doorbloeding in uw lichaam ook.

Tijdens de Yoga les gaan we uit van alles wat we wel kunnen. Elke oefening kunnen we aanpassen en zelfs de kleinste beweging of de intentie daartoe kan u helpen uw lichaam beter te laten aanvoelen. Ook op een stoel kun u deelnemen aan de yoga les, want bij Yoga gaat het niet om de prestatie en is leeftijd niet belangrijk.

Wanneer

Dinsdag van 14.30-15.30 uur

Waar

De Pergola

Sport en bewegen

Koersbal

Koersbal is van oorsprong een Australische sport en lijkt enigszins op " jeu de boules ". Omstreeks 1980 is de sport overgewaaid naar Europa.

De bedoeling van het spel is, net als bij " jeu de boules ", om de ballen zo dicht mogelijk te rollen bij de jack, het witte doelballetje .

De ballen rollen echter niet in een rechte baan, maar in een boog.

Daardoor is koersbal leuk, maar zeker in het begin ook moeilijk.

Iedereen kan het leren en zal gauw ervaren dat koersbal vooral een gezellig maar ook een verrassend spel is .

Er is geen kracht voor nodig, zodat iedereen gelijke kansen heeft!

Wanneer

Woensdag van 14.30-15.30 uur

Waar

In Atrium 2

Wandelen

Er-op-uit!

Samen de omgeving verkennen of een frisse neus halen. Dat kan, wekelijks kunt u samen met verschillende vrijwilligers samen naar buiten. Op donderdagmiddag gaat er een groep een flinke ronde wandelen in de omgeving.

Het is wel belangrijk dat u beschikking heeft over een goede rolstoel.

Wanneer

Donderdag v.a. 14.00 uur

Waar

Verzamelen in de Gasterij

Sport en bewegen

Zwemmen

In het Zwembad van de Sevenrius in Veldhoven gaan we om de week op vrijdagmiddag zwemmen. We gaan met gezamenlijk georganiseerd vervoer richting het zwembad. Een professionele zwemdocent met ervaring met bewegen met ouders is altijd aanwezig. Daarnaast zijn er voldoende vrijwilligers om u te begeleiden tijdens de gehele middag. Handige trapjes, liften en drijfmetaal is aanwezig. Maar gewoon baantjes trekken of een spel is natuurlijk ook mogelijk.

Dus wilt u in een kleine vertrouwde groep zwemmen dicht bij huis onder professionele begeleiding? Kom dan gerust eens kijken!

Wanneer

Vrijdag van 14.00-16.30 uur

Waar

Verzamelen in de Gasterij

Duofiets

'Een goede geest zit in een gezond lichaam', zegt men. Zeker als u wat ouder bent, is het belangrijk om spieren en conditie op peil te houden. De duofiets biedt u de mogelijkheid om onder begeleiding op de fiets de buurt te verkennen.

Wanneer

Dagelijks te huur via de Gasterij

Waar

Omgeving Zuiderpark

Archipel Gagelbosch

Creativiteit



- **Schildersatelier**
- **Kaarten maken**
- **Bloemschikken**
- **Handwerken**
- **Mandala's**

Overzicht activiteiten

Creativiteit

In onderstaande tabel kunt u zien op welke dag en tijd de activiteiten van CREATIEF plaatsvinden.

Activiteit	Dag	Tijd
Schildersatelier	Maandag	10.30-12.00 uur
	Dinsdag	10.30-12.00 uur
	Woensdag	14.00-15.30 uur
	Donderdag	10.30-12.00 uur
Kaarten maken	1ste dinsdag van de maand	10.00-12.00 uur
Bloemschikken	Dinsdag 2x p.m.	10.30-12.00 uur
Handwerken	Donderdag	14.00-16.00 uur
Mandala's	Vrijdag	10.30-12.00 uur

Wilt u extra informatie omtrent de inhoud van bovenstaande activiteiten kunt u contact op nemen met team dagbesteding en welzijn via telefoonnummer: 0402504400

Creativiteit

Mandala's

Mandala is een woord uit het Sanskriet, een taal uit het oude Indië, en betekent wiel of cirkel. Een gemaakte mandala bestaat uit een basiscirkel die meestal opgevuld is met geometrische figuren, vormen, lijnen, symbolen en kleuren. Op een rustige en ontspannen manier bezig zijn dat is mandala kleuren.

Wanneer

Vrijdag van 10.30-12.00 uur

Waar

in de Pergola

Handwerken

Elke donderdag middag zitten 'de vlijtige liesje' samen te handwerken in de Pergola. Onder begeleiding van enthousiaste vrijwilligers worden de dames aan het werk gezet. Meerdere handwerktechnieken worden gebruikt om mooie kussens, knuffels, wandkleden, dassen en dekens te maken.

Wanneer

Donderdag van 14.00-16.00 uur

Waar

In de Pergola

Creativiteit

Schilderatelier



Even nergens aan denken en op zoek gaan naar creativiteit en fantasie. Bezig zijn met kleuren en vormen om die vervolgens op doek vast te leggen. Acryl of olieverf, groot of klein, realistisch of abstract, alles mag en niets moet. U zult versteld staan van de prachtige resultaten die ook u kunt bereiken. U hebt geen schilder- of tekenervaring nodig want ook al heb u nooit geschilderd, u bent nooit te oud om te leren.

Wanneer

Maandag van 10.30-12.00 uur

Dinsdag van 10.30-12.00 uur

Woensdag van 14.00-15.30 uur

Donderdag van 10.30-12.00 uur

Waar

In de Anjelier

Creativiteit

Kaarten maken

Deze activiteit willen wij graag even bij u aankarten. Iedere eerste dinsdag van de maand kunt u onder begeleiding van twee creatieve vrijwilligers een prachtig kaart maken. Speel met kleuren, papier en foto's en maak in een handomdraai een unieke en persoonlijke creatie. De vrijwilligers hebben voorbeelden bij zich zodat u zich kunt laten inspireren en snel zelf aan de slag kunt. Geen gewone kaart, dertien in een dozijn, maar een bijzonder kunstwerk helemaal van uw hand.

Wanneer

1e dinsdag van de maand van 10.00-12.00 uur

Waar

In Atrium 1

Bloemschikken

U gaat zelf aan de slag met bloemen, bladeren, takken en mos in de kleuren en geuren van de betreffende seizoenen. De natuur buiten, op een creatieve manier binnenhalen. U gaat gegarandeerd met een mooie creatie naar huis, om zelf van te genieten of om cadeau te doen.

Wanneer

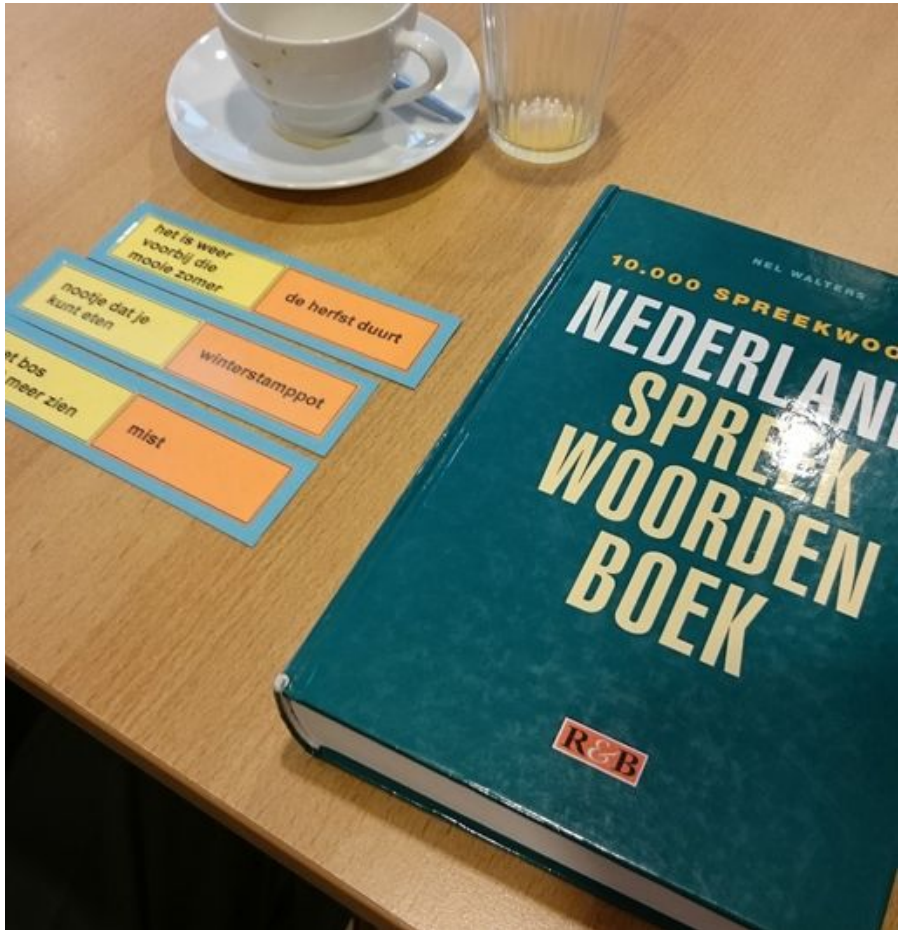
Dinsdag 2x p.m. 10.30-12.00 uur

Waar

In Atrium 1

Archipel Gagelbosch

Cultuur



- Klein Concert
- Quiz 'it
- Verhalencafé
- Lunchpauze concert
- Terug naar toen
- Vragenderwijs
- 10 voor Taal
- Toneel

Overzicht activiteiten

Cultuur

In onderstaande tabel kunt u zien op welke dag en tijd de activiteiten van CULTUUR plaatsvinden.

Activiteit	Dag	Tijd
Vragenderwijs	Maandag	10.30-11.30 uur
Quiz 'it	Dinsdag	10.30-11.30 uur
Verhalencafé	Woensdag	10.30-11.30 uur
Klein concert	Woensdag	10.30-11.30 uur
10 voor Taal	Donderdag	10.30-11.30 uur
Lunchpauze concert	Donderdag 1x per maand volgens planning	11.00-14.00 uur
Toneel	Donderdag	14.30-16.00 uur
Terug naar toen	Vrijdag	10.30-11.30 uur

*Wilt u extra informatie omtrent de inhoud van bovenstaande activiteiten kunt u contact op nemen met team dagbesteding en welzijn.
via telefoonnummer: 040 250 4400*

Terug naar toen

We gaan samen u in gesprek! Houd u van themagesprekken over het heden en verleden en de verbintenis daar tussen, kom dan eens een kijken bij 'Terug naar Toen'. Onder professionele begeleiding gaan we aan de hand van verschillende thema's het gesprek aan. Tijdens deze activiteit wordt gebruik gemaakt van verschillende, vraag en antwoordspellen, foto's en spelmaterialen.

Wanneer

Vrijdag van 10.30-11.30 uur

Waar

In Anjelier of Rozemarijn

Vragenderwijs

'Weet het u antwoord op deze vraag???' . Dat zult u vaak te horen krijgen bij deze activiteit. Bij deze activiteit gaan we soms aan de hand van een thema op zoek naar het juiste antwoord. Kortom bent u nieuwsgierig van aard of weet u nou eenmaal veel dan is dit de juist activiteit voor u! Maar wilt u nog veel leren op een leuke ontspannen manier bent u bij deze activiteit ook zeker aan het goede adres!

Wanneer

Maandag 10.30-11.30 uur

Waar

In de Pergola of Rozemarijn

Cultuur

Quiz'it

Tijdens de Quiz'it wordt groepsgewijs een vraag-en-antwoordspel gespeeld.

'hersengymnastiek' was een bijzonder populier radioprogramma in de jaren '50 in het programma namen twee teams het tegen elkaar op, waaraan algemene kennisvragen gesteld werden. In Gagelbosch doen wij het niet via de radio maar gewoon gezellig in de Pergola of de Rozemarijn! Komt u ook eens?

Wanneer

Dinsdag van 10.30-12.00 uur

Waar

In de Rozemarijn en de Pergola

Verhalencafé

Vindt u het fijn om naar verhalen, gedichten en poëzie te luisteren, kom dan naar het Verhalencafé. In een rustig tempo en met duidelijke stem wordt er aan u voorgelezen. Er wordt ook over de verhalen en gedichten gesproken en kunt u ook aangeven wat u de volgende keer graag hoort. Benieuwd naar wat het verhalencafé u te bieden heeft? Kom gerust eens luisteren.

Wanneer

Woensdag van 10.30-11.30 uur

Waar

In de Pergola

10 voor taal

Geheugen blijven oefenen kan uitstekend tijdens de vele geheugentrainingsactiviteiten. tijdens 10 voor taal wordt er met behulp van het grote beeldscherm gepuzzeld, gerekend, gerijmd en woordraadsels opgelost. Houdt u van een uitdaging om uw geheugen flink te activeren? Dan bent u van harte welkom bij de 10 voor taal!

Wanneer

Donderdag van 10.30-11.30 uur

Waar

Pergola

Toneel

Gaat u de uitdaging uit om in de huid van een ander te kruipen? Tijdens de toneel activiteit wordt u door middel van verschillende opdrachten uitgedaagd om toneel te spelen.

Wat kunt u bijvoorbeeld allemaal verzinnen om te doen met een pollepel en welke beweging hoort bij welk geluid? Onder leiding van een enthousiaste dramadocente wordt er op donderdagmiddag toneel gespeeld.

Wanneer

Donderdag van 14.30-16.00 uur

Waar

Rozemarijn

Klein concert

In kleine concert neemt een muzikkenner u mee naar de wereld van klassieke muziek. Samen proeft u van een groot repertoire klassiekers, bekende en minder bekende meesterwerken. Hij vertelt u over de bijzonderheden van de gespeelde muziek en de achtergronden. Leer over, geniet van, ontdek en koester de tijdloze klanken van de klassieke muziek.

Wanneer

Woensdag om 10.30-11.30 uur

Waar

In Atrium 2

Lunchpauze concert

1 keer per maand, kunt u met een klein groepje naar een lunchconcert in muziekcentrum Frits Phillips. Iedere keer worden we verrast door de muziek of de muzikanten. We maken kennis met een heel breed aanbod in de klassieke muziek. bijvoorbeeld een generale repetitie van het Zuid-Nederlands orkest, een masterclass voor operazangers of een duet voor piano, saxofoon of cello.

Wanneer

Donderdag 1x per maand volgens planning

Waar

Muziekcentrum Frits Philips

Archipel Gagelbosch

Sfeer en ontspanning



- Kunt u nog zingen, zing dan mee
- Spelvaria
- Beautymiddag
- Culiniare club
- Van alles wat
- Kienmiddag
- ontmoetingsmiddag

Overzicht activiteiten

Sfeer en ontspanning

In onderstaande tabel kunt u zien op welke dag en tijd de activiteiten van SFEER en ONTSPANNING plaatsvinden.

Activiteit	Dag	Tijd
Kunt u nog zingen, zing dan mee	Maandag	14.30-15.30 uur
Culinaire club	Maandag	14.00-16.00 uur
Beautyclub	Maandag	14.30-16.00 uur
Spelvaria	Maandag	14.30-16.00 uur
	Dinsdag	14.00-16.00 uur
	Donderdag	14.00-16.00 uur
Van alles wat	Dinsdag	14.30-15.30 uur
	Woensdag	
Ontmoetingsmiddag	Vrijdag (3x in de maand)	14.30-16.00 uur
Kienmiddag	Vrijdag (Laatste vrijdag v.d. maand)	14.30-16.00 uur

*Wilt u extra informatie omtrent de inhoud van bovenstaande activiteiten kunt u contact op nemen met team dagbesteding en welzijn.
via telefoonnummer: 040 250 4400*

Sfeer en ontspanning

Kunt u zingen, zing dan mee

Kent u ze nog, de liedjes van toen over Roosje mijn Roosje? Of van dat kleine café aan de haven waar de toog van koper is en de mensen gelijk zijn en tevree? Hoe leuk is het om deze liedjes samen met anderen te zingen en de goeie ouwe tijd tot leven te brengen? Hoe u dat het liefste doet, bepaalt u zelf. Meezingen uit volle borst, zachtjes mee neuriën, of stillletjes wegdromen bij de klanken van weleer? U mag genieten op uw eigen manier, de keuze is helemaal aan u. Deze middagen worden muzikaal begeleid door een pianiste. Verzoekjes zijn altijd welkom!

Wanneer

Maandag van 14.30-16.00 uur

Waar

In Atrium 2

Spelvaria

Zet de tijd even stil met een spelletje, net als vroeger aan de keukentafel. Houdt u van sjoelen, rummikub, kaarten, scrabble of een ander spel, dan bent u op dinsdagmiddag bij de spelvaria aan het goede adres. We hebben voldoende spelen waaruit u kunt kiezen en er zijn genoeg vrijwilligers die willen helpen of waartegen u kunt spelen. ...even de punten tellen en op naar het volgende potje.

Wanneer

Maandag van 14.30-16.00 uur

Dinsdag van 14.00-16.00 uur

Donderdag van 14.00-16.00 uur

Waar

In het Atrium of Anjelier

Sfeer en ontspanning

Beautyclub

Even lekker in de watten gelegd worden. Vrijwilligers of leerlingen van het Summa college (schoonheidsspecialisme) staan voor u klaar om uw nagels en handen een volledige behandeling te geven. Een badje met rozewater en een handmassage achteraf.

Of wilt u gewoon lekker tutten met andere dames, dan bent u van harte welkom tijdens onze beauty club.

Wanneer

Maandag van 14.00-16.00

Waar

In de Rozemarijn

Culiniare club

Weet u het nog van vroeger, hoe he thuis zich vulde met heerlijke geur van vers getrokken soep of verse worstenbroodjes? Tijdens de Culiniare club kookt u in een groep een hapje, salade of lekkernij. Alle rechten die u zelf bereidt heeft worden samen genuttigd onder het genot van een drankje!

Wanneer

Maandag van 14.00-16.00 uur

Waar

In de Rozemarijn

Sfeer en ontspanning

Van alles wat



Zoals de naam het al zegt kan er tijdens deze middagen letterlijk van alles net nog wat voor bij komen. Een bingo, een gezelschapsspel of juist een keer gezellig kletsen binnen een bepaald thema. We beginnen deze middag met een kop koffie en onder leiding van de vaste vrijwilligers en begeleidster wordt u elke week weer verrast. Dus voor ieder wat wils en heeft u een verzoek voor de volgende week dan kan dat ook altijd!

Wanneer

Dinsdag van 14.30-15.30 uur

Woensdag van 14.30-15.30 uur

Waar

Dinsdag in de Anjelier

Woensdag in de Pergola

Archipel Gagelbosch

Gagelboschplein 200

5654 KS Eindhoven

t 040-2504400

f 040-2504499

gagelbosch@archipelzorggroep.nl

www.archipelzorggroep.nl

Archipel biedt een combinatie van zorg, welzijn en wonen die onze cliënten in staat stelt hun leven zo lang mogelijk in te richten op de manier die zij kiezen. We hebben een breed aanbod aan zorgvormen en zijn specialisten in de zorg voor bijzondere doelgroepen. Cliënten en hun familie kunnen door de zorg van onze medewerkers en vrijwilligers zoveel mogelijk op zichzelf vertrouwen, maar zijn nooit op zichzelf aangewezen. Dat is het gevoel van samen.

het gevoel van samen

