

# wijz

welzijn Ommen

## ACTIVITEITEN 2023-2024

voor volwassenen  
en senioren

### OVER ONS

WijZ is er voor iedereen. We zijn een welzijnsorganisatie in de gemeente Ommen en bieden activiteiten en diensten aan om elkaar te ontmoeten, te bewegen, gezellige dingen te ondernemen, creativiteit te ontwikkelen en zelfredzaam te blijven.

Heb je vragen? We helpen je graag. We zijn bereikbaar per e-mail of telefoon. Daarnaast is ons kantoor geopend op maandag t/m woensdag tussen 09.00 en 12.00 uur.

Gebouw Punt  
Chevallerastraat 18, Ommen  
E-mail: [www.wijz.nu/gemeente/ommen](http://www.wijz.nu/gemeente/ommen)  
Tel: 0529-712500

### VRIJWILLIGERSPUNT OMMEN



Vrijwilligerspunt Ommen helpt mensen bij het zoeken naar vrijwilligerswerk en ondersteunt organisaties die met vrijwilligers (willen) werken. Op zoek naar leuk vrijwilligerswerk? [www.vrijwilligerspuntommen.nl](http://www.vrijwilligerspuntommen.nl)

### ANWB AUTOMAATJE

ANWB AutoMaatje is een vervoersservice waarbij vrijwilligers minder mobiele plaatsgenoten op verzoek vervoeren.



Ben je voor vervoer afhankelijk van anderen? AutoMaatje helpt je verder! Ook zijn wij altijd op zoek naar nieuwe chauffeurs. Meer info: **06-55732945**



# Activiteitenoverzicht WijZ welzijn 2023-2024

## volwassenen en senioren

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG
<b>09:15 – 10:00</b>	<b>10:00 – 11:00</b>	<b>13:30 – 14:30</b>	<b>09:00 – 09:45</b>
Gym voor ouderen  Buurthuis Ommerkanaal	Gezond Natuur Wandelen  Sportpark Westbroek / Kinderboerderij	Internationaal Dansen  Gebouw De Bazuin	Gym voor ouderen  Gymlokaal De Sprong, Beerzerveld
<b>9:30 – 11:30</b>	<b>13:30 – 15:00</b>		<b>10:45 – 11:30</b>
Houtsnijclub  Zaal 1, De Carrousel	Inloopspreekuur Vrijwilligerspunt Ommen  Gebouw Punt / WijZ welzijn		Gym voor ouderen  Wijksteunpunt Oldenhaghen
<b>14:30 – 15:15</b>			<b>09:00 – 11:00</b>
Gym voor ouderen  Gebouw de Schakel, Lemele			Wandelen WijZ welzijn <i>Laatste donderdag van de maand</i>  Parkeerterrein Voormars Ommen
<b>ELKE MAANDAG EN VRIJDAG VANAF 16:00 UUR - EETCAFÉ DE PARAPLU</b>			

**Gezellig samen zijn en genieten van een heerlijke maaltijd in De Bree in Ommen.**

**Aanmelden via 06-45392889. Iedereen is welkom!**

**wijZ**  
welzijn

### OP ZOEK NAAR NIEUWE CONTACTEN?

- Neem deel aan een activiteit
- Ga zelf aan de slag als maatje voor iemand die eenzaamheid ervaart
- Ga op zoek naar leuk vrijwilligerswerk via [www.vrijwilligerspuntommen.nl](http://www.vrijwilligerspuntommen.nl)
- Heb je een steuntje in de rug nodig? We denken graag met je mee. Neem contact op met WijZ welzijn Ommen en we zoeken samen naar een passende oplossing

### SCOOTMOBIELTOCHTEN

In de periode mei t/m september wordt er één keer per maand op de woensdagmiddag een scootmobieltocht georganiseerd. Mooie routes met onderweg een gezellige tussenstop.

### VITAAL OMMEN

Naast dit overzicht is er nog véél meer te doen in Ommen op het gebied van ontmoeting, bewegen, gezonde leefstijl en welzijn. Kijk voor een volledig aanbod op [www.vitaalommen.nl](http://www.vitaalommen.nl)

### UITBUS VECHTDAL

De Stichting Uit Bus Vechtdal heeft als doel om ouderen met elkaar in contact te brengen en een gezellig dagje uit aan te bieden. Kijk voor meer informatie op [www.bbvechtdal.nl](http://www.bbvechtdal.nl)

[www.wijz.nu/gemeente/ommen](http://www.wijz.nu/gemeente/ommen)