

## ACTIVITEITEN 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  
Chevalleraustraat 18, Ommen  
E-mail: [www.wijz.nu/gemeente/ommen](http://www.wijz.nu/gemeente/ommen)  
Tel: 088 - 4 780 610

### ANWB AUTOMAATJE

ANWB AutoMaatje is een vervoerservice 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**

### 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)

# Activiteitenoverzicht WijZ welzijn 2024-2025

## 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>10:45 - 11:30</b>
Gym voor ouderen  Buurthuis Ommerkanaal	Gezond Natuur Wandelen  Sportpark Westbroek / Kinderboerderij	Internationaal Dansen  Gebouw De Bazuin	Gym voor ouderen  Wijksteunpunt Oldenhaghen
<b>9:30 - 11:30</b>	<b>13:30 - 15:00</b>		<b>09:00 - 11:00</b>
Houtsnijclub  Dante zaal De Carrousel	Inloopspreekuur Vrijwilligerspunt Ommen  Gebouw Punt / WijZ welzijn		Wandelen WijZ welzijn <i>Laatste donderdag van de maand</i>  Parkeerterrein Voormars Ommen
<b>14:30 - 15:15</b>			<b>14.30 - 16.30</b>
Gym voor ouderen  Gebouw de Schakel, Lemele			Handwerkclub <i>Op de even weken</i>  Bibliotheek Ommen

**ELKE MAANDAG EN DONDERDAG VANAF 16:00 UUR - EETCAFÉ DE PARAPLU**

**Gezellig samen zijn en genieten van een heerlijke maaltijd bij 't Alteveer, Vermeerstraat 1a in Ommen. Aanmelden via 06-31053305. 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)

### FIETSEN

Iedere maand wordt er vanuit Lemele op donderdagmiddag een fietstocht georganiseerd. Je bent van harte uitgenodigd om deel te nemen. Meer informatie: 088 - 4780 610.

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