



Iedereen doet mee!

PROGRAMMA

MAANDAG 20 JANUARI

Vrijwandelen (5 tot 10km) 09.30 - 11.30u
Kosten: € 1,50 p.p.

Spelletjesgroep 10.00 - 12.00u

Koffie drinken 10.00 - 17.00u

Biljart 13.30 - 16.00u

Jongeren inloop 14.00 - 16.00u

Jongeren inloop 14.00 - 16.00u

Tafeltennis 18.30 - 20.00u

Jongeren inloop 19.00 - 22.00u

Biljart 19.30 - 22.00u

Tafeltennis vanaf 20.00u

DOELGR. LOCATIE

50+ Koffie na afloop Buurthuis de Ezel
Heerhugowaard

70+ Sportcafé Geestmerambacht,
N-Scharwoude

Buurthuis de Ezel, Heerhugowaard

Biljartvereniging Sombroek, N-Scharwoude

Gr. 7-8 MET, Wup 55, Broek op Langedijk

Gr. 7-8 Standerdmolen 8A, Heerhugowaard

Jeugd TTV Spirit, Oudkarspel

14+ MET, JC-Kompleks, Heerhugowaard

Biljartvereniging Sombroek, N-Scharwoude

Volw. TTV Spirit, Oudkarspel

Week

"Iedereen Doet Mee" in Dijk en Waard van 20 tot 26 Januari

Van 20 tot 26 januari organiseert Dijk en Waard Sport samen met verschillende verenigingen, buurthuizen en welzijnsorganisaties in Dijk en Waard de week "Iedereen Doet Mee". Een week die volledig in het teken staat van het bevorderen van verbinding en het aanpakken van eenzaamheid. Deze week valt samen met Blue Monday, de dag die bekendstaat als de meest deprimerende dag van het jaar.

Blue Monday als startpunt voor verbinding

Blue Monday, de derde maandag van januari, is vaak een dag waarop veel mensen zich somber of geïsoleerd voelen. Dit komt door de grijze wintermaanden, het terugkeren van de dagelijkse routine na de feestdagen en het vooruitzicht van een lang jaar. In Dijk en Waard wordt deze dag echter benut als startpunt voor een positieve

DINSDAG 21 JANUARI

Tafeltennis 09.00 - 12.00u

Walking Voetbal 10.00 - 11.00u

Koffie drinken 10.00 - 17.00u

Biljart 13.30 - 16.00u

Sport en Spel na de Bel 14.00 - 15.00u

Sport en Spel na de Bel 14.00 - 15.00u

Sport en Spel na de Bel 14.00 - 15.00u

Jongeren inloop 14.30 - 17.30u

Biljart 19.30 - 22.00u

Volw. TTV Spirit, Oudkarspel

70+ SVW'27, Heerhugowaard

Buurthuis de Ezel, Heerhugowaard

Biljartvereniging Sombroek, N-Scharwoude

Basisschool Schoolplein Hasselbraam, Heerhugowaard

Basisschool Schoolplein IKC Waterrijk, N-Scharwoude

Basisschool Speeltuin naast IKC Het Vogelnest, HHW

12+ MET, JC-Kompleks, Heerhugowaard

Biljartvereniging Sombroek, N-Scharwoude

Uitvoerende partij Het netwerk D&W

WOENSDAG 22 JANUARI

Sport en Spel na de Bel	14.00 - 15.00u
Jongeren inloop	14.00 - 16.00u
Schaak inloop	14.00 - 17.00u
Jongeren inloop	15.00 - 17.00u
Jongeren inloop	19.00 - 22.00u
Cartoon tekenen	19.30 - 21.00u

(er zijn tablets beschikbaar of eigen tablet meenemen mag ook)

DONDERDAG 23 JANUARI

BINGO (inloop 13.00u)	13.30 - 15.30u
Biljart	13.30 - 16.00u
Sport en Spel na de Bel	14.00 - 15.00u
Sport en Spel na de Bel	14.15 - 15.15u
Sport en Spel na de Bel	14.00 - 15.00u
Jongeren inloop	15.00 - 17.00u
Biljart	19.30 - 22.00u
Tafeltennis	vanaf 20.00u Volw.

VRIJDAG 24 JANUARI

Walking Voetbal	09.30 - 11.00u
Biljart	13.30 - 16.00u
Klaverjassen	13.30u
Filmmiddag	14.30u
Incl. Koffie/thee en appelgebak	€ 6,50 p.p.
Jongeren inloop	18.00 - 22.00u
Jongeren inloop	19.00 - 21.00u

ZATERDAG 25 JANUARI

ZeeKadetkorps	12.00 - 16.00u	9-17jr	Westdijk 2, Heerhugowaard
---------------	----------------	--------	---------------------------

ZONDAG 26 JANUARI

Jongeren inloop	17.30 - 22.00u	12+	Standerdmolen 8A, Heerhugowaard
-----------------	----------------	-----	---------------------------------

Basisschool	Schoolplein Familieschool, Heerhugowaard
Gr. 7-8	MET, JC-Kompleks, Heerhugowaard
	Buurthuis de Ezel, Heerhugowaard
Onderbouw	MET, Wup 55, Broek op Langedijk
12+	Standerdmolen 8A, Heerhugowaard
Jongeren	Buurthuis de Ezel, Heerhugowaard
50+	Buurthuis de Ezel, Heerhugowaard
	Biljartvereniging Sombroek, N-Scharwoude
Basisschool	Pannaveld naast IKC Waterrijk, N-Scharwoude
Basisschool	Schoolplein Vlindertuin, Heerhugowaard
Basisschool	Speeltuin Laansloot, Broek op Langedijk
14+	MET, JC-Kompleks, Heerhugowaard
	Biljartvereniging Sombroek, N-Scharwoude
	TTV Spirit, Oudkarspel

dag echter benut als startpunt voor een positieve verandering, waarbij de focus ligt op het belang van sociale verbinding.

Activiteiten diverse doelgroepen

Gedurende de week worden er in de gehele gemeente Dijk en Waard diverse activiteiten georganiseerd voor verschillende doelgroepen, bij verenigingen en lokale organisaties.

Meer informatie

Dijk en Waard Sport nodigt alle inwoners uit om deel te nemen aan de verschillende activiteiten die tijdens de week worden georganiseerd. Bij de meeste activiteiten kan er naar binnen worden gelopen zonder aanmelding, bij enkele activiteiten is een aanmelding gewenst.

Voor meer informatie over het programma, de locaties, kan je kijken op www.dijkenwaardsport.nl.



MEER INFO? STUUR EEN EMAIL NAAR:
SPORTENBEWEGEN@DIJKENWAARDSPORT.NL
WEBSITE: WWW.DIJKENWAARDSPORT.NL