



Activiteitenkalender



Week tegen Eenzaamheid Lelystad

**EEN
TEGEN
EENZAAMHEID
LELYSTAD**

Van donderdag 28 september tot donderdag 5 oktober 2023

Iedereen wil zich graag goed voelen. En iedereen gunt dat een ander ook. Actief, gewaardeerd en verbonden met anderen. In Lelystad worden veel verschillende activiteiten georganiseerd waar inwoners gezellig aan mee kunnen doen en anderen kunnen ontmoeten. In deze kalender vind je een greep uit alle activiteiten die worden georganiseerd in de Week tegen Eenzaamheid. Kijk in deze kalender waar je welkom bent. En download de app Lelystad met Elkaar, zodat je het hele jaar door weet wanneer en waar je leuke dingen kunt doen.

Workshop Creatief Leven Iedereen Gratis

Annica Bijma van Welzijn Lelystad biedt deze middag een interactief voorproefje van de cursus 'creatief leven'.

Aanbieder FlevoMeer Bibliotheek Lelystad en Welzijn Lelystad
Locatie FlevoMeer Bibliotheek, de Promesse 4
Datum en tijd Donderdag 28 september 2023 van 13.30 tot 15.30 uur
Aanmelden Niet nodig (vrije inloop)
Meer info www.flevomeerbibliotheek.nl

Wandelen met thema Volwassenen en Senioren Gratis

Maak nieuwe contacten tijdens een lekkere wandeling in de natuur.

Aanbieder OpenJeHart
Locatie Natuurpark Lelystad, Vlotgrasweg 11
Datum en tijd Vrijdag 29 september 2023 van 10.00 tot 11.00 uur
Aanmelden Niet nodig (vrije inloop)
Meer info www.openjehart.nl/lelystad of 088 - 78 78 988

Terug naar je roots, door naar de toekomst Iedereen Gratis

Persoonlijke en interactieve vertelvoorstelling door Jeanette Eken met een kamishibai, Japans vertelkastje. Aansluitend biedt Bureau Gelijke Behandeling de cursus LevensWijzer aan.

Aanbieder FlevoMeer Bibliotheek Lelystad in samenwerking met Bureau Gelijke behandeling
Locatie FlevoMeer Bibliotheek, de Promesse 4
Datum en tijd Donderdag 28 september 2023 van 18.45 tot 20.30 uur
Aanmelden Niet nodig (vrije inloop)
Meer info www.flevomeerbibliotheek.nl

Mindful Natuurwandeling Volwassenen Gratis

Wandelen in de natuur met leuke weetjes en in een mindvolle sfeer.

Aanbieder STIP GGZ Lelystad
Locatie START STIP Wijkcentrum Zuiderzee, Waddenlaan 1
Datum en tijd Vrijdag 29 september 2023 van 13.00 tot 15.00 uur
Aanmelden Niet nodig (vrije inloop)

Zitdans Iedereen Gratis

Zittend of staand dansen met een stoel ter ondersteuning. Binnen je eigen mogelijkheden en eigen creativiteit.

Aanbieder Stichting IDO i.s.m. Kubus
Locatie Fjord 155, Inloophuis Open Haven
Datum en tijd Donderdag 28 september 2023 om 11.00 uur
Aanmelden Via info@ido-lelystad.nl
Meer info info@ido-lelystad.nl of 0320 - 28 04 00

Ruim eens gezellig op met iemand anders! Iedereen Gratis

Ontmoet nieuwe mensen tijdens de zwerfafval-opruimactie. Aansluitend is er een gratis lunch (er is ruimte voor max. 30 personen).

Aanbieder Stichting Lelystad Schoon en Welzijn Lelystad
Locatie Buurthuis De Krakeling (MFA Atolplaza, Schor 15)
Datum en tijd Zaterdag 30 september 2023 van 10.30 tot 13.00 uur
Aanmelden Voor de lunch aanmelden bij schoonlelystad@gmail.com, voor de opruimactie is aanmelden niet nodig.
Meer info www.stichtinglelystadschoon.nl

Creative workshop Verbinding Jongeren Gratis

Met een creatieve opdracht ga je met elkaar in gesprek over wat verbinding voor jou betekent.

Aanbieder Jongeren peer supportgroep STIP GGZ Lelystad
Locatie Grutterswal 108 (Lelycentre, boven de winkels)
Datum en tijd Donderdag 28 september van 15.00 tot 17.00 uur
Aanmelden Via 06 - 57 90 38 33

Dag van de Ouderen Senioren € 6,- (€ 5,- in voorverkoop)

Vier de Dag van de Ouderen met onder andere workshops muziek, sport en veel gezelligheid.

Aanbieder Welzijn Lelystad en OSOL
Locatie Stadhuis Lelystad, Stadhuisplein 2
Datum en tijd Zaterdag 30 september 2023 van 10.30 tot 15.00 uur
Aanmelden Niet nodig
Meer info Kaartverkoop bij Atolplaza, Plein 201, Zuiderzee, De Waterbever, Dukdalf en De Hoven

Koffie Ontmoetingen Iedereen Gratis

Wat is er gezelliger dan samen 'een lekker bakkie koffie' drinken?

Aanbieder Humanitas Ontmoeting
Locatie • Donderdag 28 september 2023 (Harrels Lelycentre)
 • Dinsdag 3 oktober 2023 (BinnenInn, Neringpassage 54)
Tijd Van 15.00 tot 16.30 uur
Aanmelden Via 06 - 51 47 77 74 of j.hoving@humanitas.nl

Klaverjassen/jokersen Volwassenen en Senioren Gratis

Kom gezellig een paar potjes klaverjassen/jokersen.

Aanbieder Buurtvereniging het Palet
Locatie Voorhof 18
Datum en tijd Maandag 2 oktober 2023 om 13.00 uur
Aanmelden Niet nodig (vrije inloop)
Meer info info@hetpalet.com

Knutselmiddag Senioren Gratis

Knutselmiddag voor bewoners in en rondom De Hoven. De jongeren van Challenge Up bedenken wat we gaan maken. Het zelfgemaakte knutselwerk mag mee naar huis.

Aanbieder Challenge Up - Welzijn Lelystad en De Hoven van Coloriet
Locatie Wijkplein De Hoven van Coloriet, Het Ravelijn 181
Datum en tijd Donderdag 28 september 2023 van 14.30 tot 15.30 uur
Aanmelden Via Britt Loots, 0320 - 29 49 49

Ervaringsverhalen delen over eenzaamheid Iedereen Gratis

2 ervaringsdeskundigen delen hun ervaring met eenzaamheid tijdens hun reis door de ggz. Daarna gaan we hierover met elkaar in gesprek.

Aanbieder Flevolands Platform ErvaringsDeskundigheid
Locatie De Dukdalf, Punter 35-27
Datum en tijd Maandag 2 oktober 2023 van 10.00 tot 11.30 uur
Aanmelden Niet nodig (vrije inloop)
Meer info marije.louwerman@gmail.com

Bloemstukjes maken Iedereen Gratis

Maak een mooi bloemstukje voor jezelf of om weg te geven aan iemand in je omgeving.

Aanbieder BinnenInn
Locatie Neringpassage 54
Datum en tijd Vrijdag 29 september 2023 van 15.00 tot 16.30 uur
Aanmelden Niet nodig (vrije inloop)
Meer info www.binneninnlelystad.nl

Bloemschikken Iedereen Gratis

Kom gezellig samen bloemschikken.

Aanbieder Stichting IDO
Datum en tijd • Maandag 2 oktober 2023 om 14.00 uur (Oostzeestraat 7)
 • Woensdag 4 oktober 2023 om 14.00 uur (Punter 35-27)
Aanmelden Via info@ido-lelystad.nl
Meer info info@ido-lelystad.nl of 0320 - 28 04 00

Regenboogmaaltijd Iedereen € 12,50

Behoeftte aan een goed gesprek? Geniet onder het genot van een hapje en een drankje van goed gezelschap tijdens de regenboogmaaltijd.

Aanbieder Bureau Gelijke Behandeling Flevoland
Locatie Le Passage, Agorahof 27-29 in Lelystad
Datum en tijd Vrijdag 29 september 2023 van 17.30 tot 20.00 uur
Aanmelden Via info@bureaugelijkebehandeling.nl tot 25 september 12.00 uur
Meer info www.bureaugelijkebehandeling.nl

Open repetitie Iedereen Gratis

Luister en kijk naar de open repetitie van het Harmonieorkest voor hun concert op 19 november en stel in de pauze vragen aan de bestuursleden, die ook enthousiast meespelen.

Aanbieder Harmonieorkest Lelystad
Locatie De Kubus, Agorabaan 3, grote zaal
Datum en tijd Dinsdag 3 oktober 2023 om 19.45 en 22.00 uur
Aanmelden Niet nodig (vrije inloop)



Download de activiteiten app 'Lelystad met Elkaar'



Vogelhuisjes maken

Iedereen

Gratis

De wintertijd breekt aan. Maak jij bij ons een mooi vogelhuisje voor de vogeltjes zodat zij straks kunnen eten of juist kunnen schuilen?

Aanbieder Bij Bosshardt de Jol Lelystad
Locatie De Jol 37-15
Datum en tijd Dinsdag 3 oktober 2023 van 11.00 tot 13.00 uur
Aanmelden Niet nodig (vrije inloop)
Meer info www.facebook.com/bijbosshardtdejollelystad



Tekenen en schilderen

Volwassenen en Senioren

Gratis

Ontdek de kunstenaar in jezelf! Ongeacht je ervaring, creativiteit stroomt in ons allemaal.

Aanbieder Kubus
Locatie De Kubus, Agorabaan 3
Datum en tijd • Schilderen met diverse verfsoorten, dinsdag 3 oktober van 13.00 tot 15.30 uur
• Schilderen met aquarel, woensdag 4 oktober van 19.30 tot 22.00 uur
Aanmelden Niet nodig (vrije inloop)
Meer info www.dekubuslelystad.nl/cursus



3-gangendiner Resto VanHarte

Iedereen

€ 7,- (kinderen € 3,50)

Gezellig diner met live muziek en bingo. Iedereen is welkom!

Aanbieder Sociaal restaurant Resto VanHarte
Locatie Wijkcentrum Zuiderzee, Waddenlaan 1
Datum en tijd Dinsdag 3 oktober 2023 van 18.00 tot 20.15 uur
Aanmelden Via www.restovanharte.nl of 0900 - 90 03 030
Meer info www.restovanharte.nl



Badminton groep 55+

Senioren

Gratis

Vrij badminton spelen met elkaar.

Aanbieder Sportbedrijf Lelystad
Locatie De Koploper, Badweg 21
Datum en tijd Dinsdag 3 oktober 2023 van 13.00 tot 14.15 uur
Aanmelden Via f.vanhoff@sportbedrijf.nl
Meer info www.sportinlelystad.nl/voor-senioren of 06 - 12 59 07 33



Fototentoonstelling Eenzaamheid

Iedereen

Gratis

Door de bibliotheek staat een fototentoonstelling op panelen, met persoonlijke verhalen van mensen die eenzaamheid ervaren.

Aanbieder FlevoMeer Bibliotheek Lelystad
Locatie FlevoMeer Bibliotheek, de Promesse 4
Datum en tijd Vanaf dinsdag 3 oktober 2023
Aanmelden Niet nodig (vrije inloop)
Meer info www.flevomeerbibliotheek.nl



Koffieochtend

Volwassenen en Senioren

Gratis

Koffieochtend met spelletjes en wat lekkers.

Aanbieder Buurtvereniging Het Palet
Locatie Voorhof 18
Datum en tijd Dinsdag 3 oktober 2023 om 10.00 uur
Aanmelden Niet nodig (vrije inloop)



Kubus Orkest

Iedereen

Gratis

Eén van de mooiste ervaringen is samen muziek maken. Je bent van harte welkom in één van onze ensembles. Het maakt niet uit met welk instrument je komt.

Aanbieder Kubus
Locatie De Kubus, Agorabaan 3
Datum en tijd Dinsdag 3 oktober 2023 om 16.45 uur
Aanmelden Niet nodig (vrije inloop)
Meer info www.dekubuslelystad.nl/cursus



Bingo en pannenkoeken

Iedereen

Gratis

Kans op leuke prijsjes met na afloop een pannenkoek.

Aanbieder Bij Bosshardt de Jol Lelystad
Locatie De Jol 37-15
Datum en tijd Woensdag 4 oktober 2023 van 11.00 tot 13.00 uur
Aanmelden Niet nodig (vrije inloop)
Meer info www.facebook.com/bijbosshardtdejollelystad



Broodje serieus

Iedereen

Gratis

Neem je eigen lunch mee, kom gezellig aan de gesprekstafel en ontmoet elkaar. Leuk voor iedereen en voor de werkenden in en rondom het centrum. Het eerste kopje koffie/thee is gratis!

Aanbieder BinnenInn
Locatie Neringpassage 54
Datum en tijd Woensdag 4 oktober 2023 van 12.00 tot 13.30 uur
Aanmelden Niet nodig (vrije inloop)
Meer info www.binneninnlelystad.nl



Ontmoet je maatje avond

Iedereen

€ 5,-

Een avond om een nieuw maatje te ontmoeten! Voor een lekkere maaltijd wordt gezorgd.

Aanbieder MDF, BinnenInn, Kwintes, Leger des Heils, Welzijn Lelystad, Humanitas, Gemeente Lelystad
Locatie BinnenInn, Neringpassage 54
Datum en tijd Woensdag 4 oktober 2023 om 18.00 uur
Aanmelden Via info@binneninnlelystad.nl
Meer info www.binneninnlelystad.nl



De Luisterlijn

Iedereen

Beltarief

Praten lucht op. De Luisterlijn is er voor iedereen die behoefte heeft aan een luisterend oor. Bel naar 088 - 07 67 000.

Aanbieder De Luisterlijn
Datum en tijd 24 uur per dag, 7 dagen in de week
Meer info www.deluisterlijn.nl



Anker op Dinsdag voor de buurt

Iedereen

Gratis

Wekelijkse inloopochtend met (groeps)activiteiten zoals wandelen, creativiteit, spelletjes, zingevingsprekken of gezellig kletsen.

Aanbieder Kerkgemeenschap Het Anker
Locatie Het Anker, Karveel 33 01
Datum en tijd Elke dinsdag van 10.00 tot 12.00 uur
Meer info www.hetankerlelystad.nl/ankeropdinsdag



Hulp bij smartphone, tablet en laptop

Iedereen

Gratis

Hier krijgt je uitleg en hulp bij al jouw vragen over automatisering (bank, DigiD, enz.).

Aanbieder SeniorWeb Lelystad - Welzijn Lelystad
Locatie Atolplaza, Schor 1
Datum en tijd Iedere maandag van 10.00 tot 12.00 uur en iedere donderdag van 13.30 tot 15.30 uur
Meer info www.seniorweb.nl/lelystad



Sportlessen voor senioren

Senioren

Gratis

Ontmoet elkaar tijdens laagdrempelige beweegactiviteiten. Binnen en/of buiten op verschillende locaties.

Aanbieder Sportbedrijf Lelystad, Kernegezond, Ochafisport
Meer info Zie www.sportinlelystad.nl/voor-senioren of 06 - 12 59 07 33
Aanmelden Via f.vanhoff@sportbedrijf.nl



Laatste pluk - appels plukken

Volwassenen en Senioren

Gratis

Appelplukkers gezocht! Help een dag(deel) mee appels plukken voor de voedselbanken.

Aanbieder Lelystadse Uitdaging
Locatie Fruittelers in Dronten
Datum en tijd Vrijdagen en zaterdagdagen in oktober tussen 10.00 en 16.00 uur
Aanmelden Via info@lelystadseuitdaging.nl
Meer info Exacte data staan op www.lelystadseuitdaging.nl



Verwenmoment

Senioren

Gratis

Manicure, nek- & schoudermassage en gezelschapspellen.

Aanbieder Woonzorg Flevoland
Datum en tijd Maandag 9 oktober van 13.00 - 15.00 uur in De Groene Sluis
Dinsdag 10 oktober van 14.00 - 16.00 uur in Leonardo Hotel
Donderdag 12 oktober 14.00 - 16.00 in De Uiterdon
Meer info www.woonzorgflevoland.nl/verwendag

Ervaar jij eenzaamheid en wil je hulp bij het maken van (nieuwe) contacten? Kijk op www.welzijnlelystad.nl of bel gratis met 0800 - 08 89.

We doen het met elkaar!

- We brengen eenzaamheid onder de aandacht
- We maken eenzaamheid bespreekbaar
- We zorgen ervoor dat niemand er alleen voor hoeft te staan

Wij doen mee!

Deelnemers aan de coalitie Een tegen Eenzaamheid in Lelystad

Aeres VMBO Lelystad Agora Atletiek Vereniging Spirit Lelystad BinnenInn Buurthuis De Brink Buurtvereniging Het Palet Buurthuis De Bever Centrada Centrum voor Levensvragen Coloriet Filmtheater Lelystad Flevor Flevolandse Theatervereniging JTL Flevomeer Bibliotheek fresh focus GGD Flevoland Gemeente Lelystad GOL (Georganiseerd Overleg Lelystad) Het Anker Huisartsengroep Pandion Huisartsenpraktijk Mangard en Warande Huisartsen De Heelhoek Humanitas Icare IDO (Interkerkelijk Diaconaal Overleg) InteraktContour John F Kennedy scouting Jongeren maken de Stad Jumbo Dusselaar (Jol) Jumbo Van Leijen (Voorstraat) Jumbo Waagpassage KBO (Katholieke Ouderen Bond) Kubus Kwintes Leger des Heils Lelystadse Uitdaging Lelystad Akkoord Lelystad Vitaal Luisterlijn MBO college MDF (Maatschappelijke Dienstverlening Flevoland) MEE Samen Moskee El Iman Open je hart, mantelzorgondersteuning OSOL Pastoor Consult PCOB (Christelijke Ouderen Bond) Penitentiare Inrichting Lelystad Porteuem Lelystad Prins Petfood Provincie Flevoland Resto van Harte Rotary Scouting Ascanen Senioren Zomerdaagse Lelystad SeniorWeb SPOT Stichting Lelie STIP Sportbedrijf Lelystad SV Batavia '90 Tennisvereniging ITL Triade Vraag Elkaar VN Apotheek Welzijn Lelystad Werkbedrijf Lelystad Woonzorg Flevoland

www.lelystad.nl/eentegeneenzaamheid
#eentegeneenzaamheidlelystad

EEN TEGEN EENZAAMHEID LELYSTAD
Aangesloten bij coalitie: