

14 sept
T/M 4 okt

WEEK
TEGEN
EENZAAMHEID

A photograph of a woman with curly hair sitting in a wheelchair, wearing a patterned top, a brown blazer, blue jeans, and brown boots. A man in a light green jacket and blue jeans stands behind her, smiling. A brown and white speckled dog is on a leash in the foreground. The background is a brick wall and a doorway with papers hanging on it.

KOM ERBIJ!

Van 14 september tot en met 4 oktober 2025
worden allerlei activiteiten georganiseerd voor
alle inwoners van de gemeente Terneuzen.

wij zijn **samen**
aan-z

Bezoek www.aan-z.eu voor een uitgebreide
toelichting en actuele informatie.

VOORWOORD

Rond de landelijke Week tegen Eenzaamheid besteden we in gemeente Terneuzen extra aandacht aan iets dat eigenlijk altijd belangrijk is: contact, aandacht en écht even tijd voor elkaar. Bij ons loopt het programma van 14 september t/m 4 oktober. We organiseren allerlei activiteiten waarin ontmoeten centraal staat.

Onze insteek? Iedereen is welkom. Je hoeft je niet eenzaam te voelen of alleen te zijn – meedoen mag altijd. Of je nu zin hebt in een wandeling, een spelletje, samen eten of gewoon een kop koffie en een goed gesprek: je bent van harte uitgenodigd. Neem gerust iemand mee, want een klein gebaar maakt een groot verschil!

Er is ook aandacht voor Positieve Gezondheid – een manier van kijken naar gezondheid die niet draait om klachten, maar om wat je wél kunt en wat je leven de moeite waard maakt. Dus: meedoen, erbij horen en je goed voelen. Dat begint vaak met een kleine stap... zoals de deur uitgaan en een praatje maken. **Kom erbij!**

ONTMOETING

Vriendenkring 2.0

20 sept ● 10 – 12 uur ● Meetpoint Terneuzen ● Gratis
Speciaal voor mensen met een extra uitdaging (die zelfstandig wonen) en graag samen met anderen een gezellige ochtend hebben, maar het lastig vinden om contact te maken. Kom gerust kennismaken!

Burendag

27 sept

De dag waarop we het contact met de burens vieren.
Wie nodig jij uit voor een kopje koffie?

Bingo

29 sept ● 13 – 16 uur ● De Vlaschaard, Koewacht ●
€ 3,50 per kaart van 10 rondes
Schuif gezellig aan en maak kans op leuke prijzen.

Kom op de borrel

29 sept ● 13.30 – 15.30 uur ● De Kirke, Westdorpe ●
Gratis ●  voor 20 sept
Kom gezellig borrelen!

Kom op de koffie met spelletjes

30 sept ● 14 – 16 uur ● Kerk Protestantse gemeente
Onder de Wieken, Hoek ● Gratis ●  voor 20 sept
Kom je gezellig koffie drinken met een bolus erbij?

Kom op de koffie

30 sept ● vanaf 14 uur ● 't Kaaie, Zuiddorpe ● Gratis
Schuif gezellig aan! Aanmelden is niet nodig.

Ontmoetingsochtend

1 okt ● 9.30 – 11.30 uur ● St. Albert, Sas van Gent ●
Gratis ● I.s.m. Leger des Heils ●  voor 20 sept
Gezelligheid met uitgebreide, multiculti high tea.

Kom op de koffie

1 okt ● 10 – 12 uur ● De Vlaschaard, Koewacht ● Gratis
●  voor 20 sept
Gezelligheid met koffie/thee en iets lekkers. Kom je ook?

Bingo

1 okt ● 14 – 16 uur ● Dorpshuis, Biervliet ● Gratis
●  voor 17 sept
Kom gezellig samen en maak kans op leuke prijzen.

Kom op de koffie

2 okt ● 10 – 11 uur ● De Kaaie, Philippine ● Gratis, incl.
koffie en iets lekkers, overige consumpties voor eigen
rekening ●  voor 20 sept
Koffie/thee, iets lekkers en gezelligheid! Kom je ook?

Vriendenkring 2.0

4 okt ● 14 – 16 uur ● JOP, Axel ● Gratis
Zin in een gezellige middag, maar vind je contact maken
lastig? Kom naar Vriendenkring 2.0 voor een praatje, een
spelletje, tafeltennis, pool of darts.

ONTMOETING ONDERWEG

Scootmobiel tour 'Plankgas' (ca. 20 km)

26 sept ● 13 – 16 uur ● Start: De Halle, Axel ● Gratis,
consumpties voor eigen rekening ●  voor 20 sept
Doe je mee? Zorg ervoor dat de scootmobiel volledig is
opgeladen en neem je taxipas en verzekeringspapieren
mee. Meefietsen mag ook!

Vertellend onderweg

27 sept ● 10 – 12 uur ● Start: De Halle, Axel ● Gratis
Wandeling van maximaal 5 km. Kom aan de hand van
verhalen in verbinding met elkaar en de omgeving van
Axel. Afsluiting in de PKN kerk met muziek en hapjes.

INFORMATIEF

Expositie 'toekomst van werk in zorg & welzijn'

14 t/m 19 sept ● Dagelijks 10 - 11.30 uur en 13 - 18 uur
Bachtendieke, Terneuzen ● Gratis

Een expositie over de zorg vroeger, nu en in de toekomst.
Aangeboden door Over Morgen i.s.m. Sociaal werk werkt!.

ONTMOETING JONG & OUD

Ontmoeting tussen jong & oud

30 sept ● 10 - 11.30 uur ● De Vurssche, Axel ● Gratis
Bewoners van Zorgcentrum De Vurssche en kinderen
van basisschool De Sterrenpracht gaan spelletjes
spelen, cakejes versieren en natuurlijk ook proeven.

Kinderbingo

1 okt ● 13.30 - 15.30 uur ● De Vlaschaard, Koewacht ●
Gratis ●  voor 20 sept
Neem gezellig jouw vader, moeder, lievelingstante of
vriendje van school mee. Iedereen is welkom! Er zijn
leuke prijzen en er is lekkers om te eten en te drinken.

ETEN EN DRINKEN

Kom op de soep en koffiemiddag

25 sept ● 12 - 15.30 uur ● St. Albert, Sas van Gent ●
Gratis ●  voor 20 sept voor de lunch
Geniet samen van snert met brood en een kopje koffie.

Kom op de soep

29 sept ● 12 - 14 uur ● Het Stropievat, Zaamslag ●
Gratis ●  voor 20 sept
We serveren soep met wafels. Kom je ook?

Kom op de soep

29 sept ● 12 uur ● Stichting Welzijn Ouderen in
't Meulengat, Sluiskil ● Gratis ●  voor 20 sept
Schuif gezellig aan voor soep met pannenkoeken.

Kom op de soep en koffiemiddag

30 sept ● 12 - 15.30 uur ● De Zeemeeuw, Terneuzen ●
Gratis ●  voor 20 sept voor de lunch
Schuif gezellig aan voor soep met pannenkoeken.
Aansluitend is er koffie en kan je een spelletje spelen.

Kom op de soep en koffiemiddag

30 sept ● 12.30 - 15.30 uur ● De Statie, Sas van Gent ●
Gratis ●  voor 20 sept voor de lunch
We serveren snert met brood. Aansluitend drinken we
koffie en zijn we creatief bezig.

Kom op de soep

1 okt ● 12 - 14 uur ● De Hoeve, Terneuzen ● Gratis
●  voor 20 sept
Samen met buurtbewoners genieten we van soep met
pannenkoeken en gezellig samenzijn. Eet je mee?

Kom dineren

3 okt ● 18 uur (inloop 17.30) ● De Straete, Zandstraat ●
€ 5,- p.p., kinderen tot 12 jaar gratis ●  voor 20 sept
Geniet samen met buurtbewoners van een geheel
verzorgd diner. Het menu is nog een verrassing!

MUZIEK EN SPEL

Muziekbingo

25 sept ● 13.30 - 15.30 uur ● De Halle, Axel ● € 2,-
en koffie/thee gratis ●  voor 20 sept
Kom je naar onze muzikale bingo met mooie prijzen?

CULTUUR

Zeelanding - Festival voor interdisciplinaire podiumkunst

27 + 28 sept ● za: 12.30 - 17 en 18.30 - 23 uur,
zo: 12.30 - 16.30 en 17 - 22 uur ● Broedplaats Nesse,
Terneuzen ● Tickets via Zeelanding.nl
Van intieme vertellingen tot rauwe performances en
zinderende technobeats; een gevarieerd programma!

Thé Dansant

2 okt ● 14 - 16.30 uur ● Porgy & Bess, Terneuzen ●
€2,50 incl. koffie/thee, overige voor eigen rekening
Een ouderwets gezellig feest met muziek uit de jaren
'60 en '70. Drink een drankje aan de bar of ga de
dansvloer op! De muziek, de dansers en de sfeer
zorgen ervoor dat je met een dosis positieve energie
weer huiswaarts keert.

Dansavond

3 okt ● 19.30 - 21.30 uur ● De Halle, Axel ● Entree
gratis, consumpties voor eigen rekening
Haal je dansschoenen uit de kast en kom samen
genieten van een avond vol muziek van vroeger en nu.



MELD JE OP TIJD AAN

Voor sommige activiteiten vragen we vooraf aan te
melden (zie  in de omschrijving). Aanmelden kan bij
aan-z: welzijn@aan-z.eu of 0115 563015 (keuze 6).

Meld je op tijd aan, want vol = vol.

EEN KLEIN GEBAAR, MAAKT EEN GROOT VERSCHIL

Vind gelijkgestemden

Voel je jezelf wel eens eenzaam of ben je alleen? Misschien vindt jouw buur of een familielid het leuk om samen wat te ondernemen. Vraag eens of zij meegaan naar een activiteit in de buurt.

Spreek iemand aan

Ken je iemand die zich eenzaam voelt of een moeilijke tijd doormaakt? Nodig diegene eens uit voor een kopje koffie. Maak tijd voor de ander en luister naar zijn/haar verhaal, of onderneem samen iets leuks.

Een luisterend oor

Wil je je verhaal kwijt, heb je behoefte aan een goed gesprek of zit je verlegen om een praatje? Neem contact op met aan-z via welzijn@aan-z.eu of 0115 563015 (keuze 6). Wij denken graag met je mee.

POSITIEVE GEZONDHEID

Gezond leven, lekker in je vel zitten, gezellig meedoen, betekenisvol bezig zijn, plezier maken of jezelf ontwikkelen: in gemeente Terneuzen worden allerlei activiteiten en online leerlijnen aangeboden die kunnen bijdragen aan jouw 'Positieve Gezondheid'.



Hoe sta jij ervoor?

Benieuwd naar jouw mentale en fysieke welzijn? Scan de QR-code en doe de Positieve Gezondheidstest.

Meer activiteiten, online leerlijnen en vrijwilligerswerk

Wil je direct zien welk aanbod er in de gemeente Terneuzen beschikbaar is? Kijk dan op www.sameninterneuzen.nl.



VRAGEN?

aan-z is iedere werkdag van 8.30 tot 17 uur telefonisch bereikbaar op 0115-563015 (keuze 6) of per e-mail via welzijn@aan-z.eu.

MEDE MOGELIJK GEMAAKT DOOR



Protestantse Gemeente Axel



Protestantse gemeente Onder de Wieken te Hoek



zo-lekkert

- Dorpshuis 't Kaaike
- De Sassebrug
- Sint Albert
- De Straete
- Het Stropievat
- De Zeemeeuw
- De Hoeve
- Stichting Welzijn Ouderen Sluiskil
- Dorpshuis Biervliet