

Midweek Sportief/Creatief

Voor wie

Voor leden en hun partners vanaf ca. 65 jaar.



Wat ga je doen

- Er worden verschillende keuzeactiviteiten aangeboden op sportief en creatief vlak. Hierbij kun je denken aan: schilderen, encaustic, pastel tekenen en houtbewerken. Bij sportieve activiteiten kun je denken aan: fietsen, rolskiën, zwemmen, GPS wandeling, fitness en mindfulness. Je kunt sportieve en creatieve activiteiten ook afwisselen. Afhankelijk van de grootte van de groep worden meerdere activiteiten tegelijkertijd aangeboden waaruit je een keuze kunt maken.
- Je leert elkaar kennen in een positieve en veilige sfeer.
- Je kunt je verhaal kwijt.

Wat levert het op

- Je hebt ontspanning, gezelligheid en plezier ervaren tijdens diverse activiteiten.
- Je hebt ervaren wat afleiding en contact met gelijkgestemden met je doen.
- Je hebt mogelijk kennism gemaakt met creatieve technieken en ideeën opgedaan om thuis mee verder te gaan.
- Je bent mogelijk sportief bezig geweest.
- Je bent weer opgeladen en/of gaat met nieuwe energie naar huis.

Waar



Het Nederlands Veteraneninstituut (NLVi) in Doorn ligt centraal in het land, in een groene bosrijke omgeving en beschikt over 37 ruime hotelkamers. Iedere kamer heeft een eigen douche en toilet. Tijdens je verblijf kun je gebruik maken van de fitnessruimte en de sauna. Het programma wordt begeleid door trainers van het NLVi.

Wanneer

Maandag 21 - 25 juni 2021

Maandag 8 - 12 november 2021

Aankomst en inchecken is op maandagochtend vanaf 11.30 uur. Het programma start om 14.00 uur. Je vertrekt op dag vijf na het ontbijt.

Programma (onder voorbehoud)

- Maandag : 14.00 - 19.00 uur
- Dinsdag : 09.30 - 17.00 uur + vrije avond
- Woensdag : 09.30 - 12.30 uur + vrije middag + avondactiviteit 19.30 - 21.00 uur
- Donderdag: 09.30 - 21.30 uur
- Vrijdag : vertrek voor 10.00 uur

Kosten

De begeleidingsprogramma's van de BNMO worden gesubsidieerd door het vfonds. Je betaalt zelf een eigen bijdrage van € 13,- per dag per persoon. Dit is inclusief koffie/thee, maaltijden (4x ontbijt, 4x lunch, 4x diner) en vier overnachtingen.

Aanmelden

Je aanmelding wordt verwerkt door de Servicedesk van het NLVi. Je kunt je aanmelden, liefst uiterlijk acht weken voor aanvang van het programma. Op dat moment selecteert de Servicedesk de deelnemers aan de hand van criteria die door het bestuur van de BNMO zijn vastgesteld. Na aanmelding en plaatsing ontvang je nadere informatie. Je kunt je aanmelden door het aanmeldingsformulier in te vullen op de website van de BNMO (www.bnmo.nl) of het aanmeldingsformulier aan te vragen bij de receptie van de NLVi. Tel.nr: 0343-474200. Ook voor vragen kun je hier terecht.