



*Van 28 september  
t/m 4 oktober 2023*

**Kom  
erbij  
week**



Je bent gelukkig niet in je 'eendje' tijdens de Kom erbij week; een week vol activiteiten voor alle inwoners van de gemeente Terneuzen.



## Bewegen

### Stadswandeling met soep

● 28 september - 12:00 - 17:00 uur ● Buurthuis de Triangel, Terneuzen ● Gratis

Om 12:00 uur gaan we aan tafel voor een kopje soep. Aan-sluitend om 13:00 uur maken we een puzzelwandeling (3 km) door onder andere Oud Terneuzen. Na afloop is er koffie, thee of smoothie. De activiteit wordt georganiseerd door de groep 'Alleen zijn we samen' (aan-z). **Meld je voor 21 september aan** bij buurthuis de Triangel: [hetbuurthuis@zeeuwsegronden.nl](mailto:hetbuurthuis@zeeuwsegronden.nl) of 06-82057056.

### Linedance-les

● 2 oktober - 9:30 - 11:30 ● Buurthuis De Triangel, Terneuzen ● Gratis

Dit is de uitgelezen kans om een Linedance-les te volgen. Tijdens de pauze krijg je koffie/thee. **Meld je voor 21 september aan:** [hetbuurthuis@zeeuwsegronden.nl](mailto:hetbuurthuis@zeeuwsegronden.nl).

### Samen wandelen

● 4 oktober - 9:00 - 12:00 uur ● PKN Kerk, Hoek ● Gratis (inclusief 1 consumptie)

Het Portaal van Vlaanderen en de wandelvereniging Zelden Rust nodigen je uit om samen in groepjes van 4 op pad te gaan. Tijdens de route van 5 km zijn er enkele opdrachten om met elkaar in gesprek te gaan. Let op: om 9:00 uur verzamel je bij het Portaal van Vlaanderen om met het treintje mee te rijden naar Hoek. Indien je geen gebruik wil maken van het treintje dien je om 9:30 uur aanwezig te zijn bij de PKN Kerk in Hoek. De wandeling start om 9:45 uur. Na afloop is er koffie/thee in de ontmoetingsruimte. ● Om 11:45 uur vertrekt het treintje terug naar Terneuzen. **Meld je voor 21 september aan** en vermeld daarbij of je gebruik wil maken van het treintje: [welzijn@aan-z](mailto:welzijn@aan-z).

## Meer activiteiten

Op de website [www.sameninterneuzen.nl](http://www.sameninterneuzen.nl) vind je meer activiteiten en initiatieven in de gemeente Terneuzen. Bij het onderdeel agenda kun je filteren op thema, doelgroep en stad/dorp.

## Ontmoeten

### Op(en) café for specials

● 29 september - 19:30 - 23:00 uur ● De Pit, Terneuzen ● Drankjes zijn voor eigen rekening

Wil je graag met anderen gezellig samen op café? Samen met Tragel organiseren we een Op(en) café for specials. **Meld je voor 21 september aan** bij aan-z: [welzijn@aan-z.eu](mailto:welzijn@aan-z.eu) of 0115-563015.

### Kom op de borrel

● 29 september - 14:00 - 16:00 uur ● De Kaaie, Philippine ● Gratis koffie/thee en 2 overige consumpties

Kom je gezellig samen een drankje drinken? **Meld je voor 21 september aan** bij aan-z: [welzijn@aan-z.eu](mailto:welzijn@aan-z.eu) of 0115-563015.

### Kom op de borrel

● 2 oktober - 13:30 - 15:30 uur ● De Kirke, Westdorpe ● Gratis

Kom je proosten met een alcoholvrij drankje? **Meld je voor 21 september aan** bij aan-z: [welzijn@aan-z.eu](mailto:welzijn@aan-z.eu) of 0115-563015.

## Muziek

### Muzikale workshop djembé

● 29 september - 14:00 - 16:00 uur ● Theetuin de Mol, Overslag ● €5,- (inclusief koffie/thee met iets lekkers, overige drankjes zijn voor eigen rekening)

De groep 'Alleen zijn we samen' nodigt je uit voor een muzikale workshop. **Meld je voor 21 september aan** bij aan-z: [welzijn@aan-z.eu](mailto:welzijn@aan-z.eu) of 0115-563015.

### Proefles djembé

● 3 oktober - 15:30 - 16:30 uur ● Buurthuis De Triangel, Terneuzen ● Gratis

Houd jij ook zo van opzweepende ritmes en zou jij graag hiermee willen kennismaken? Kom dan naar de proefles djembé. **Meld je aan voor 21 september** via: [hetbuurthuis@zeeuwsegronden.nl](mailto:hetbuurthuis@zeeuwsegronden.nl).





### Kom op de soep

● 28 september - 12:00 - 14:00 uur ● De Halle, Axel ● Gratis  
Samen met buurtbewoners genieten van soep met pannenkoeken of wafels en gezellig samenzijn. Eet je mee? **Meld je voor 21 september aan** bij aan-z: [welzijn@aan-z.eu](mailto:welzijn@aan-z.eu) of 0115-563015.

### Kom op de soep

● 28 september - 12:30 - 16:00 uur  
● De Sasse brug, St. Albert, Sas van Gent ● Gratis  
Samen eten is gezelliger dan alleen. Op het menu staat soep met stokbrood. Eet je mee? **Meld je voor 21 september aan** bij aan-z: [welzijn@aan-z.eu](mailto:welzijn@aan-z.eu) of 0115-563015.

### Samen lunchen bij 't Zusje

● 1 oktober - 13:00 - 15:00 uur (inloop vanaf 12:30 uur)  
● 't Zusje Terneuzen ● Lunch en drankjes zijn voor eigen rekening Zou je wel bij 't Zusje willen eten, maar heb je niemand om daar naar toe te gaan? De groep 'Alleen zijn we samen' nodigt je uit om samen te eten. Om 13:00 gaan we aan tafel. Je kiest ieder rondje 2 gerechtjes van de kaart. Jij bepaalt zelf hoe uitgebreid je gaat genieten. De lunch is voor eigen rekening (€7,60 per rondje). **Meld je voor 21 september aan** bij aan-z: [welzijn@aan-z.eu](mailto:welzijn@aan-z.eu) of 0115-563015. Er is plaats voor maximaal 8 deelnemers.

### Kom op de soep

● 2 oktober - 12:00 - 14:00 uur ● Stropievat, MFC-ruimte, Zaamslag ● Gratis  
Lijkt het je leuk om met andere mensen uit Zaamslag te eten? Op het menu staat soep met wafels. Eet je mee? **Meld je voor 21 september aan** bij aan-z: [welzijn@aan-z.eu](mailto:welzijn@aan-z.eu) of 0115 - 563015.

### Kom op de soep

● 2 oktober - 12:00 - 14:00 uur ● Het Meulengat (SWOS), Sluiskil ● Gratis  
We eten soep met pannenkoeken. Eet je mee? **Meld je voor 21 september aan** bij aan-z: [welzijn@aan-z.eu](mailto:welzijn@aan-z.eu) of 0115-563015.

### Kom op de soep

● 3 oktober - 12:00 - 14:00 uur ● Buurthuis de Zeemeeuw, Terneuzen ● Gratis  
Schuif je aan voor soep met pannenkoeken? **Meld je voor 21 september aan** bij aan-z: [welzijn@aan-z.eu](mailto:welzijn@aan-z.eu) of 0115-563015.

### Kom op de soep

● 3 oktober - 12:30 - 14:30 uur ● De Statie, Sas van Gent ● Gratis  
Samen eten is gezelliger dan alleen. Op het menu staat soep met stokbrood. Eet je mee? **Meld je voor 21 september aan** bij aan-z: [welzijn@aan-z.eu](mailto:welzijn@aan-z.eu) of 0115-563015.

### Kom op de soep

● 4 oktober - 12:00 - 14:00 uur ● Oudelandse Hoeve, Terneuzen ● Gratis  
We eten soep met pannenkoeken. Eet je mee? **Meld je voor 21 september aan** bij aan-z: [welzijn@aan-z.eu](mailto:welzijn@aan-z.eu) of 0115-563015.

### Ont-moeten

● 3 oktober - 19:30 - 22:00 uur (inloop vanaf 19:00 uur)  
● Oudelandse Hoeve, Terneuzen ● Gratis (inclusief koffie/thee met lekkers)

Voel jij je anders? Voel jij je weleens overspoeld door alle prikkels of hardheid in de maatschappij? Kom langs bij de informatieavond voor een stukje herkenning en erkenning. Je bent niet alleen! Tijdens de bijeenkomst gaat het om samenkomen en naar behoefte thema's bespreken onder begeleiding van professionals Rosita en Carolien. Ook krijg je meer informatie over de 5 bijeenkomsten (avonden) die we vanaf 17 oktober organiseren. **Meld je voor 21 september aan** bij aan-z: [welzijn@aan-z.eu](mailto:welzijn@aan-z.eu) of 0115-563015.

### Presentatie: 'De dierenwereld in Zeeuws-Vlaanderen'

● 4 oktober - 19:00 - 21:00 uur ● Buurthuis De Triangel, Terneuzen ● Gratis (inclusief koffie/thee met iets lekkers)  
Wil je de dierenwereld van Zeeuws-Vlaanderen ontdekken? Buurthuis de Triangel en Stichting Present Terneuzen nodigen je uit om naar de presentatie te komen. **Mail naar [hetbuurthuis@zeeuwsegronden.nl](mailto:hetbuurthuis@zeeuwsegronden.nl)** voor meer informatie of aanmelden (**uiterlijk 21 september**).



### Voorstelling: 'Het wordt niets zonder jou'

● 28 september - 19:30 - 21:00 uur (inloop vanaf 19:00 uur met koffie/thee) ● Het Podium, Zaamslag  
● Gratis (inclusief 1 consumptie)

Een voorstelling met muziek en verhaal door Hans de Booij, bekend van het liedje 'Annabel'. Hans vertelt een kwetsbaar verhaal over roem en succes, maar ook over gevoelens van eenzaamheid. Deze avond wordt in samenwerking met het actieprogramma Eén tegen eenzaamheid aangeboden. Het podium is rolstoeltoegankelijk. **Meld je voor 21 september aan** bij aan-z: [welzijn@aan-z.eu](mailto:welzijn@aan-z.eu) of 0115-563015.

