

ACTIVITEITEN 'AKKERHUS' (de Akker Noabers)

Beste buurtbewoners van Rectum, Ypelo en Enterbroek en verdere belangstellenden,

Hierbij ontvangt u van ons een overzicht van de activiteiten die plaatsvinden in de maanden **september en oktober 2025**.

Zie ook de Akkerhuskrant en de website www.akkerhus.nl

Koffieochtenden in het Akkerhus.

Zomaar even naar het Akkerhus. Voor een kop koffie, iets erbij, burens en bekenden ontmoeten en bijpraten. We beginnen om 10.00 uur met inloop vanaf 9.45 uur. Dit was een initiatief van Johan Heimerink en is voor de zomerstop enkele keren uitgetoetst. We gaan dit nu structureel maken. Elke eerste dinsdag van de maand.



Datums: 2 september (!), 7 oktober, 4 november.

Van harte welkom en zegt het voort!! Kosten: vrije gift!

Beweeg-, biljart- en spelmiddagen.

We beginnen om 14.00 uur met koffie/thee. Daarna een uurtje beweegoefeningen. Kosten: € 4,- inclusief koffie/thee.

Datums: 3 september, 1 en 29 oktober. 26 november, 10 december.

Let op: dit zijn niet de datums die in de Akkerhuskrant staan!! (oorzaak: te weinig bezetting bij De Welle)



Fietsclub.

We fietsen elke woensdag, afwisselend op de middag en de avond. Trouwe deelnemers krijgen steeds enkele dagen van te voren per email bericht.

Datums tot eind oktober:

3 september	13.30 uur	
10 september	fietsen bij Den Ham/Ommen	
17 september	13.30 uur	
24 september	18.30 uur	In oktober bij goed weer steeds om 13.30 uur.

Een langere fietstocht in het naseizoen op 10 september.

We nemen zwembad De Groene Jager bij Den Ham als startpunt. Lengte van de tocht is ongeveer 45 km. Vertrek om 9.30 uur bij het Akkerhus. Bij opgave s.v.p. vermelden of je zelf je fiets kunt vervoeren.

Meer gegevens en opgave (tot uiterlijk 6 september) bij Ina Eggerink.

janeggerink@hotmail.com of 06-13539172



Woensdagmiddag 15 oktober: Buurtmiddag 11.30 uur tot 16.00 uur

Inloop vanaf 11.30 uur. We beginnen met een gezamenlijke **warme maaltijd**.

Vanaf 14.00 uur is het woord aan Ineke Stokkingreef. Zij zal aandacht geven aan **gezonde voeding**, in het algemeen en speciaal bij het ouder worden. **Preventie** tegen ziektes en kwalen is hierbij een belangrijk thema. Ook het **fermenteren** van groente en fruit komt aan de orde (met voorbeelden en proeverijtjes).

Kosten voor deze middag: € 20,- all-in.

De middag bijwonen vanaf 13.45 uur is ook mogelijk. Dan zijn de kosten € 6,-

Opgave tot 11 oktober bij Diny Nijhuis 0547-382836 dinynijhuisvoortman@gmail.com

Expositie in het Akkerhus.

Momenteel is er een expositie van schilderijen van Henk Olthuis uit Wierden te bewonderen.

Op de vrijdagmiddagen **29 augustus, 26 september en 24 oktober** van **14.00 uur tot 16.00 uur** is het Akkerhus hier speciaal voor opengesteld.

Koffie staat klaar (vrije gift).

Hartelijke groet, Activiteitencommissie Akker Noabers