



Nieuwsbrief juni 2025

Juni in Buurthuis AquaRijn: Een maand vol gezellige activiteiten!

Met de zomerzon hoog aan de hemel bruist Buurthuis AquaRijn van de activiteiten! Van inspirerende lezingen tot creatieve workshops en muzikale optredens – er is voor ieder wat wils. Kom langs en geniet van een ontspannen sfeer, leuke ontmoetingen en verrassende inspiratie. En ontdek ons heerlijke zomerterras – de perfecte plek om even bij te komen in de zon! Tot ziens in Buurthuis AquaRijn!

Voor de maandagenda van juni:
Klik hier!

Piano & verhaal, een interactief pianoconcert

Na een aantal prachtige ochtenden vol improvisatie en inspiratie, keert pianist Lies Kruiniger terug naar Buurthuis AquaRijn. Wat hij gaat spelen? Dat weet niemand – zelfs Lies niet. Hij laat zijn handen leiden door het moment. Misschien raakt uw verhaal een snaar, misschien ontstaat er spontaan iets nieuws. Luister, geniet, of laat u verrassen, alles mag. U bent van harte welkom!

Dinsdag 3 en 17 juni van 10:00 tot ongeveer 11:00 uur in onze huiskamer.



Mindful Creative Studio

Doe mee aan Mindful Creative Studio, een inspirerende en ontspannen activiteit onder leiding van Tonna, een gepassioneerde kunstenares met een Amerikaanse en Schotse achtergrond. In juni gaat zij starten met decoupage, tijdens deze gezellige en inspirerende lessen leer je hoe je met papier, lijm en een beetje geduld de mooiste objecten decoreert. Denk aan sierlijke doosjes, vazen of schalen met een geheel eigen uitstraling. Graag aanmelden via buurthuis@dethermen2.nl



Materiaalkosten: € 3

Wanneer? Op **woensdag 4 en 18 juni** van 10:30 tot 12:00 uur in ons Atelier

Muziekcafé

Op zoek naar een origineel cadeau voor Vaderdag?

Breng op **zondag 15 juni** uw (schoon)vader mee naar het Muziekcafé in Buurthuis AquaRijn! Tussen 15.00 en 17.00 uur speelt coverband Reset Sixties gezellige gouwe ouwen uit vervlogen tijden. De toegang is gratis, dus kom samen genieten van een muzikale middag in een ontspannen sfeer!

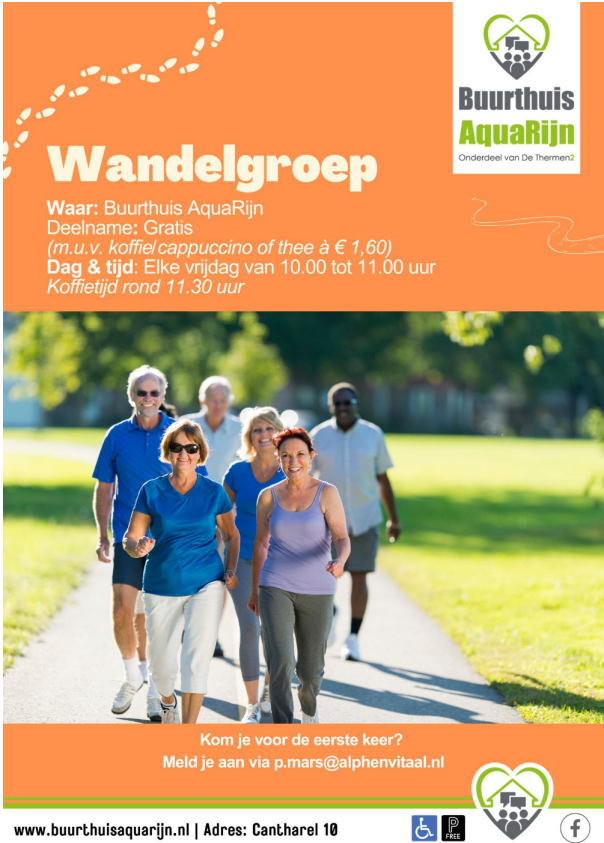


Wandelen is gezond

Onze gloednieuwe wandelgroep is gestart en groeit! We beginnen met korte wandelingen onder leiding van Alphen Vitaal. Als de groep zelfstandig genoeg is, gaan ze zelf op pad. **Start in Buurthuis AquaRijn.**

Het is gratis om deel te nemen, voor de koffie/thee/cappuccino aan het eind van de wandeling geldt het buurthuisbakkietarief van slechts €1,60. Graag opgeven via: p.mars@alphenvitaal.nl met telefoonnummer, zodat de groep met u kan communiceren.

Dag/tijd: elke vrijdag 10.00 tot 11.00 uur, koffietijd rond 11.30 uur.



Wandelgroep

Waar: Buurthuis AquaRijn
Deelname: Gratis
(m.u.v. koffie/cappuccino of thee à € 1,60)
Dag & tijd: Elke vrijdag van 10.00 tot 11.00 uur
Koffietijd rond 11.30 uur

Kom je voor de eerste keer?
Meld je aan via p.mars@alphenvitaal.nl

www.buurthuisaquarijn.nl | Adres: Cantharel 10

Buurthuis AquaRijn
Onderdeel van De Thermen2

www.buurthuisaquarijn.nl | Adres: Cantharel 10

www.buurthuisaquarijn.nl | Adres: Cantharel 10

Lezing: De geschiedenis van water in en rond Alphen

Op **donderdag 19 juni om 19.30 uur** geeft Johan Karels een boeiende lezing over de rijke watergeschiedenis van Alphen aan den Rijn. Al vanaf de Romeinse tijd speelde de Rijn een centrale rol als transportader en grensrivier. De ligging aan waterwegen vormde de basis voor het ontstaan en de ontwikkeling van Alphen. Van middeleeuwse ontginningen, dijken en watermolens tot scheepsbouw, stoombootdiensten en buitenhuizen – het water bepaalde eeuwenlang het leven in de stad. Zelfs het eerste zwembad, 100 jaar geleden, vond zijn plek aan de Rijn. Alphen en het water zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden.

Kom deze mooie en interessante lezing bijwonen in Buurthuis AquaRijn. Meld je aub aan via: buurthuis@dethermen2.nl.



Verrassingsbingo

VerrassingsBingo op donderdag 26 juni – doet u mee?

Deze maand staat er weer een gezellige VerrassingsBingo op het programma, en wel op **donderdagavond 26 juni vanaf 19.30 uur** in Buurthuis AquaRijn. Een leuke avond vol spanning, gezelligheid en natuurlijk verrassende prijsjes!

We verwachten een grote opkomst, dus aanmelden is noodzakelijk via buurthuis@dethermen2.nl om verzekerd te zijn van een plekje. Kom gezellig meespelen – wie weet gaat u met een mooie verrassing naar huis!



Cursus 'Verklein de kans op vallen'

Eén op de drie 65-plussers valt jaarlijks. Om dat te helpen voorkomen, organiseert Alphen Vitaal een cursus met aandacht voor valrisico's, kracht, balans en veilig opstaan van de grond.

Les 1 – 10 juni: Risicofactoren, belang van bewegen en oefeningen voor thuis.
Les 2 – 17 juni: Veiligheid in en om het huis, balansoefeningen en opstaan van de grond.

Wanneer: dinsdag 10 en 17 juni
Locatie: Atelier, Buurthuis AquaRijn
Tijd: 15.30 tot 17.00 uur
Begeleiding: Djim Kromhout (Alphen Vitaal)

Aanmelden: via www.alphenvitaal.nl of buurthuis@dethermen2.nl

Ons Buurthuis AquaRijn is gevestigd in het gebouw van Zwembad AquaRijn aan de Cantharel 10 te Alphen aan den Rijn. Het gebouw is rolstoelvriendelijk en u kunt gratis parkeren in onze parkeergarage.

Wilt u uw familie en/of vrienden enthousiasmeren over de leuke activiteiten in ons Buurthuis? Deel dan onze nieuwsbrieven of de link naar onze website www.buurthuisaquarijn.nl



Volg ons op Facebook.

Buurthuis AquaRijn
Cantharel 10
2403 RA Alphen aan den Rijn

W: www.buurthuisaquarijn.nl
E: buurthuis@dethermen2.nl
T: 0172 820 274



Je ontvangt deze nieuwsbrief omdat je je hiervoor hebt aangemeld of omdat je eerder aan onze activiteiten hebt meegedaan.