

Nieuwsbrief september 2026

Wat hebben we een heerlijke zomer gehad! We hebben volop kunnen genieten van het mooie weer en de nodige vitamine D kunnen opdoen. Ook in september heeft Buurthuis AquaRijn weer veel in petto. Er is voor ieder wat wils, met nieuwe én vertrouwde activiteiten op het programma. We zien je graag in het buurthuis. Samen maken we er weer een gezellige septembermaand van!

Let op: Voor sommige activiteiten is aanmelden verplicht.
Meld je aan via buurthuis@dethermen2.nl

Voor de maandagenda van september: Klik hier!

NAH avond- niet aangeboren hersenletsel

Op **donderdag 3 september** is er weer een NAH-café bij Buurthuis AquaRijn. Een fijne, laagdrempelige plek voor mensen met niet-aangeboren hersenletsel (NAH), hun naasten en andere belangstellenden. Samen met Stichting NAH Alphen aan den Rijn bieden we ruimte om elkaar te ontmoeten, ervaringen te delen en herkenning te vinden.

Wanneer: Donderdag 3 september
Tijd: 19.30 tot 21.00 uur
Waar: Buurthuis AquaRijn
Aanmelden via:
nahcafealphenadrijn@gmail.com



Aanmelden NAH-café >



Cursus 'stevig op de pedalen'

Wil je veilig en met vertrouwen blijven fietsen? Doe dan mee met Stevig op de Pedalen, een praktische cursus speciaal voor senioren. Tijdens twee cursusdagen ga je aan de slag met veilige fietstechnieken en krijg je handige tips om zekerder deel te nemen aan het verkeer. Deze cursus wordt georganiseerd i.s.m. Alphen Vitaal. Kleine aanpassingen kunnen al een groot verschil maken.

Wanneer: vrijdag 18 en 25 september
Tijd: 10:30 tot 12:00 uur
Waar: Buurthuis AquaRijn

Aanmelden Stevig op pedalen >



Workshop punchen

Na het succes van de vorige keer gaan we opnieuw aan de slag met punchen! Tijdens drie gezellige bijeenkomsten leer je deze creatieve handwerktechniek en maak je met een punchnaald en kleurrijk garen je eigen ontwerp. Kies uit verschillende voorbeelden of bedenk zelf iets moois. Gezellig, creatief en ontspannend!

Wanneer: donderdag 10 en 24 september
Tijd: 10:00 tot 12:00 uur
Kosten: € 7,50
Graag aanmelden:
buurthuis@dethermen2.nl

Aanmelden Punchen >

Bonte middag - talentenshow

Op zondag 27 september organiseren we een gezellige Bonte Middag in Buurthuis AquaRijn en daarvoor zijn we op zoek naar enthousiaste deelnemers! Kan jij goed zingen, goochelen, muziek maken, moppen of verhalen vertellen? Of heb je een heel ander bijzonder talent? Meld je aan en pak het podium!

Wanneer: zondag 27 september
Tijd: inloop:14.30 uur, start:15.00 uur en einde:16.30 uur
Waar: Buurthuis AquaRijn
Aanmelden:
buurthuis@dethermen2.nl

Ken jij iemand die écht op ons podium thuishoort? Stuur dit bericht vooral door!



Aanmelden Bonte Middag >



Yoga Flow verhuist van donderdag naar vrijdag!

Tijdens de yogalessen combineert Karin vloeiende yogabewegingen met rustige Yin Yoga-houdingen. Zo kom je helemaal tot rust. De les eindigt met ontspanning, meditatie en zachte klanken. Voortaal worden Yogalessen op vrijdag gegeven i.p.v donderdag.

Wanneer: elke vrijdag
Tijd: 10.00 tot 11.00 uur
Kosten: € 7,50 per persoon
Aanmelden:
buurthuis@dethermen2.nl

Aanmelden Yoga >

Woonforte

Heb jij een goed idee voor jouw buurt?
Op **woensdag 2 september** organiseren Buurthuis AquaRijn en Woonforte een inloopmiddag voor inwoners van Ridderveld Noord. Heb jij een idee om jouw buurt nóg leuker of beter te maken? Kom langs, deel je idee en denk samen met ons mee over de mogelijkheden. Met een goed buurtidee maak je bovendien kans op een zwembadkaartje!

Wanneer: woensdag 2 september
Tijd: 16.00 tot 18.00 uur
Waar: Atelier, Buurthuis AquaRijn

Extra leuk: doe je voor de eerste keer mee aan een activiteit in Buurthuis AquaRijn? Dan ontvang je daarna een gratis stukje gebak!



Dit is slechts een greep uit onze activiteiten in september 2026.
Voor het volledige aanbod gaat u naar
www.buurthuisaquarijn.nl/maandagenda

Alle activiteiten vinden plaats in Buurthuis AquaRijn (Cantharel 10, Alphen aan den Rijn). Het gebouw is rolstoelvriendelijk en parkeren is gratis.

Meer informatie en/of aanmelden kan via: www.buurthuisaquarijn.nl of mail naar buurthuis@dethermen2.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 eerder hebt deelgenomen aan een activiteit van Buurthuis AquaRijn. Wil je de nieuwsbrief niet meer ontvangen? Meld je hier af voor de nieuwsbrief.

Online lezen | Afmelden