

Valpreventie quote

Draag goed schoeisel, geen sloffen of gladde sokken in huis. Dit verhoogt het valgevaar maar draag dichte pantoffels of stevig schoeisel. De meeste valongelukken gebeuren in en om het huis.

Wil je meer weten over de valpreventie cursussen?

Neem contact op met buurtsportcoach Liane van Elp;

Liane.meppel@sportdrenthe.nl of bel naar 06-13702656

Veilig Verkeer Nederland Opfriscursus Fiets

Wat: We willen allemaal zo lang mogelijk blijven fietsen. Wanneer je ouder wordt, kun je ervaren dat het verkeer drukker en ingewikkelder wordt. Ook fysiek gaan de jaren tellen, waardoor de impact bij een val groter is dan bij jongere fietsers. Hoe ga je daar goed mee om? Wat zijn mogelijke oplossingen? In de VVN Opfriscursus Fiets komt dat allemaal aan bod.

Wanneer: Maandagmiddag 15 juni

Waar: Wijkpunt Oosterboer/Ezinge

Tijdstip: 13.00 – 15.30 uur

Kosten: gratis deelname door project Doortrappen vanuit gemeente Meppel

Aanmelden: Liane.meppel@sportdrenthe.nl of bel naar 06-13702656 en spreek de voice mail in.

Rollator loop

Gebruik jij een rollator en wil je op een leuke en veilige manier in beweging blijven? Doe dan mee met de rollatorloop en rollatorcontrole door fysiotherapeut van Fytac. Je gaat samen wandelen, oefeningen doen en de activiteit wordt afgerond met een kopje koffie/thee.

Wanneer: Woensdag 3 juni

Tijdstip: 13.30 – 15.00 uur

Deelname is **gratis**

Waar: de Beemd in de Oosterboer (in Meppel)

Aanmelden: stuur een mail naar info@fytac.nl

Doortrappen Fietstochten

Meppel Actief organiseert in samenwerking met de Fietsersbond en vanuit het project Doortrappen twee gratis fietstochten. Het gaat om een fietstocht van ongeveer 10.00 – 16.00 uur met leuke tussenstops.

Wat: Fietstocht Natuur & Cultuur

Wanneer: Donderdag 25 juni

Startpunt: Dorpshuis de Schalle in Nijeveen

Aantal km's: ongeveer 41 km

Zelf lunch meenemen

Wat: Fietstocht Historische gebouwen

Wanneer: Donderdag 20 augustus

Startpunt: De MensA, Witte de Withstraat 2A in Meppel

Aantal km's: rond de 35-40 km (later exact bekend)

Lunch: later bekend hoe dit georganiseerd gaat worden.

Aanmelden: stuur een mail naar Liane.meppel@sportdrenthe.nl of spreek voice mail in met je naam en telefoonnummer; en geef door aan welke fietstocht(en) je wilt deelnemen.

Aanmelden bowling middag

Maandag 22 juni 2026

Meppel Actief organiseert een bowling middag bij Pinz Bowling in Meppel (Kratonstraat 6A).

Wie: 55+ inwoners gemeente Meppel

Tijdstip: Ronde 1 start om 12.45 uur en ronde 2 start om 13.45 uur.

Deelname is **gratis**

Aanmelden: Stuur je naam en telefoonnummer naar jurjen.meppelactief@gmail.com

Of bel op maandag of woensdag naar Jurjen 06-13308710.

Save the date Muziekmomenten Danssoos

Meppel Actief, Welzijn Mensenwerk, Oranjevereniging Nijeveen, Stichting Welzijn Ouderen Nijeveen organiseren een Muziekmomenten Danssoos.

Wanneer: Maandag 22 juni 2026

Tijdstip: 10.00 – 11.30 uur

Entree: €15 inclusief aansluitend lunch

Waar: Feesttent Nijeveen (tegenover sporthal de Eendracht op het feestterrein)

Aanmelden: Stuur je naam en telefoonnummer naar Liane.meppel@sportdrenthe.nl

Wij gunnen u deze activiteit, kunt u deze €15 om welke reden dan ook niet betalen, laat het ons weten dan denken we met u mee.

Lambert Pot – kennismaken met mogelijkheden fietsen

Wilt u ook zo lang mogelijk veilig blijven fietsen?

Op donderdagen bent u van harte welkom bij Lambert Pot (Westerstouwe 35) om de mogelijkheden te bespreken over lage instapfiets, driewielers en overige.

De medewerker neemt dan de tijd voor u om de mogelijkheden te bespreken en te testen.