

Activiteiten / beweegaanbod in de gemeente Meppel

augustus – september

Valpreventie quote

Sterke bovenbenen helpt om vallen te voorkomen, zorg voor sterke bovenbenen.

valpreventie cursussen

Neem contact op met buurtsportcoach Liane van Elp;

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

Mobiliteit en veiligheidsmarkt in de gemeente Meppel

Verschillende organisaties staan deze dag voor u klaar om informatie te geven over uiteenlopende onderwerpen.

Veel senioren willen graag zo lang mogelijk vitaal, zelfstandig én actief blijven. Doordat er langer zelfstandig gewoond wordt en hulp in de toekomst minder van zorgverleners komt maar meer vanuit burens, familie en andere mantelzorgers wordt het versterken van het eigen netwerk nog belangrijker. Dat vraagt om bewustwording én om goede informatie.

Aansluiten bij sociale activiteiten, bewegen en bijvoorbeeld vrijwilligerswerk doen kunnen hierbij helpen. Ook is het goed om te weten welke hulp er beschikbaar is als men minder vitaal wordt.

Wanneer: donderdag 24 september

Tijdstip: 11.00-15.30 uur

Locatie: The Ballroom in Meppel, Kleine Oever 16.

Aanmelden: niet nodig, vrije in- en uitloop

Kom langs en laat u verrassen door al het aanbod.

Muziekmomenten Een Avond Vol Gouwe Ouwe XL

Geniet van 'de hits van eerder' gedraaid door plaatjesdraaiers, livemuziek, ontmoeting, salsa workshop, optreden van Ben Cramer, Meisjes van de radio, DJ Nijs en meer.

Wanneer: Vrijdag 25 september 2026

Tijdstip: 20.00 – 22.30 uur (zaal open vanaf 19.00 uur)

Waar: Het Podium, Schutstraat 43, Hoogeveen

Vervoer: Eigen vervoer of geef aan bij aanmelden dat je met de bus mee wilt vanaf Meppel

Kosten: €6,50; ticket online kopen via link, of fysiek bij de Tamboer in Hoogeveen.

Aanmelden: <https://hetpodium.nl/agenda/muziekmomenten-gouwe-ouwe-xl>

Heb je hulp nodig bij het online aanmelden van Muziekmomenten kan je melden bij Meppel Actief of Iris Haveman van wijkpunt Oosterboer/Ezinge 085 273 1470 Belangrijk: Het Podium is Alleen Pinnen. Je kunt er alleen met pin betalen.

Fiets app Da's zo gefietst

De app registreert jouw fietsritten. Pak je de fiets? Dan verdien je punten in de app. Wissel de punten in voor kortingen, deelname aan winacties of donaties aan goede doelen. Stap vandaag nog Op Fietse!

Download de gratis Da's zo gefietst-app en ontdek hoe leuk én lonend fietsen kan zijn. De app 'Da's zo gefietst!' is een initiatief van meerdere provincies en is in heel Nederland te gebruiken.

Huberts en Noorderboog Vitaliteitsmiddag

Wat: Kom naar de Huberts – Noorderboog Vitaliteitsmiddag. Wil je ontdekken hoe je gezond, fit en vitaal ouder wordt?

Wie: Iedereen is welkom (gericht op 65+ ers)

Datum: Zaterdag 26 september

Tijdstip: 13.00 - 17.00 uur

Waar: De Samenstroom, Groenmarkt 2 in Meppel

Wat te doen: Erik Hulzebosch is de host van de middag, praktische inzichten over vitaliteit, gezonde voedingstips, inspirerende ontmoetingen, gezellige muziek, gratis hapje en drankje.

Aanmelden: info@hubertsfood.com ; 06-23123500

Foto's Reestdal en Meppel gezocht

Wat: Heb jij een prachtige foto van Meppel of het Reestdal? Stuur jouw mooiste beeld in en maak kans dat jouw foto wordt opgenomen in een uniek kaartspel!

Foto's van: natuur & landschap, stadsgezichten, historische plekken & bijzondere gebouwen, lokale tradities & activiteiten, dieren, details en alles wat Meppel en het Reestdal bijzonder maakt.

Belangrijk: zelfgemaakte foto, in hoge resolutie, in kleur en staand formaat.

Stuur maximaal 5 foto's in voor 15 september.

Mail naar: acties.lions.meppel-reestdal@outlook.com

Vermeld je naam, woonplaats en e-mailadres. Vertel in maximaal 50 woorden per foto waarom deze een plek in het kaartspel verdient.

Waarom: Doe mee voor het goede doel. De opbrengst van het kaartspel gaat naar Meppel. Eet Samen en Alzheimer Nederland. Lions Meppel-Reestdal brengt het kaartspel in november 2026 uit. Misschien staat jouw foto straks met jouw naam op een speelkaart.