



Dagprogramma Mei 2026 Wijkcentrum Alexberg

Woensdag

Koffie inloop: Van 10u tot 12u kun je bij de Alexberg binnen voor een lekkere kop koffie en gezelligheid met andere mensen uit de buurt.

Soepmiddag: Op oneven weken kun je om 12u een heerlijke soep komen eten. Meld je wel even de week van te voren aan bij een van de koffie inlopen, zonder aanmelding is er misschien niet genoeg om mee te eten. Kosten zijn gepast €2,-

Donderdag

Koffie inloop & vragen: Van 10u tot 12u kun je bij de Alexberg binnen voor een lekkere kop koffie en gezelligheid met andere mensen uit de buurt. Heb je vragen die wat ingewikkelder zijn of kom je ergens niet uit? Op donderdagen is een sociaal werker van Zorg voor elkaar Breda aanwezig om een passend antwoord op je vraag te vinden.

De Aanschuifafel: Op even weken wordt met buurtgenoten samen avond gegeten. Deelname kost €5,- met aanmelding van te voren via telefoonnummer 06 41 61 82 43

Alexberg Helpt!: Je kunt op even weken ook van 14u tot 15u langskomen voor vragen voor onder andere de gemeente, wijkboa's en wooncorporaties. Alle soorten vragen zijn welkom, bijvoorbeeld over digitaal zijn, de buurt, geld, activiteiten, energiebesparing of afval.

Vrijdag

Koffie inloop: Van 10u tot 12u kun je bij de Alexberg binnen voor een lekkere kop koffie en gezelligheid met andere mensen uit de buurt.

Creativiteitsgroep: Tegelijkertijd met de koffie inloop is er op vrijdag de crea groep waar je samen met onze vrijwilligster Anja en andere bezoekers creatief bezig kan zijn. Breng je eigen materiaal mee.

Mindfulness: Wil je jezelf beter leren kennen en ontdekken hoe je gecentreerd in het leven kan staan? Op oneven weken kun je in de middag van 12:30 tot 14:00 kosteloos deelnemen aan de Mindfulness. Heb je interesse, neem dan contact op met onze ervaren vrijwilligster via 06 48 49 47 99 om een intakegesprek in te plannen.

www.wijbegintbijjou.nl



Nieuwsbrief mei 2026 Wijkcentrum Alexberg

Alexberg 2a, 4822 ST Breda
www.wijbegintbijjou.nl

Heerlijk smullen met Pasen

Onze vrijwilligsters Anja en Connie hebben er weer voor gezorgd dat we ontzettend mochten smullen met z'n allen. Helaas is Pasen maar 1x per jaar, want dit is echt voor herhaling vatbaar. Dan maar een ander excuus vinden om weer zo lekker te eten!



Meer rust in je hoofd



Bron: Jan Brouwer, Fotograaf HBNMP

HBNieuws heeft een prachtig stuk geschreven over vrijwilligster Louise. Hier verteld ze in haar eigen woorden hoe ze niet alleen door middel van de Mindfulness op de Alexberg, maar ook buiten onze deuren haar omgeving helpt mooier te maken. Lees het stuk verder op de website van HBNieuws.

Dames en heren we hebben een BINGO!!!

Jazeker! 21 mei van 14:00 tot 18:00 is het weer tijd voor de Bingo! Dankzij verschillende winkeliers op winkelcentrum de Berg hebben wij mooie prijsjes om weg te geven.

Wil je meedoen? Meld je snel aan bij een van onze vrijwilligers tijdens de koffie inloop.

1 speelkaart = €2,50 | 5 speelkaarten = €10,-

Betalen op de dag zelf, koffie, thee en een borrelhapje inbegrepen.

Dank jullie wel Cafetaria de Berg, Cafetaria Tavor, het gloednieuwe Eethuis de Mix, Bling kappers en Annie's cadeaushop.



Nieuwsbrief mei 2026 Wijkcentrum Alexberg

Alexberg 2a, 4822 ST Breda
www.wijbegintbijjou.nl

Hulp in eigen buurt

Vanaf mei kun je de gloednieuwe bakfiets van Mooi Muizenberg tegenkomen in verschillende straten in de Muizenberg. Samen met Surplus en Laurentius gaan betrokken buurtbewoners de straat op om te praten met de buurt. Wat kunnen mensen voor elkaar doen en wat wil jij hierin betekenen? Loop vooral naar ze toe en ga het gesprek aan onder genot van een bakje koffie.



De creativiteit zit er weer goed in.



Onder begeleiding van vrijwilligster Anja kun je sinds een aantal weken creatief bezig zijn tijdens de vrijdagochtend koffie inloop. Neem je spulletjes mee en ga gezellig met elkaar aan de slag. Weet je niet wat je wilt maken of leren of heb je andere vragen? Neem contact op met Anja via 06 13 07 68 96 en misschien heeft ze wel tips of kun je een keer meekijken.

Gezond leven

Bewegen is op alle leeftijden belangrijk. Maar wanneer je ouder wordt, kan het moeilijker worden om op de juiste manier actief te blijven. Gelukkig zijn er in Breda veel fiets- en wandelgroepen, maar zijn deze afstanden te groot? Of wil je liever onder begeleiding van een professional in groepsverband bewegen? Laat het weten door te mailen naar ralphkoolen@zorgvoorelkaarbreda.nl en bij genoeg aanmeldingen kunnen we een nieuwe beweeggroep starten met z'n allen.

Van leeg veld naar mooie ontmoetingen

Op 1 april (geen grap) ondertekenden omwonenden en vrijwilligers van het Beemdhuis een wijkdeal om op het wat trieste grasveldje naast het Beemdhuis en de Alexberg een prachtige ontmoetingstuin te realiseren. En hoe gaat deze prachtige plek heten? Stuur een idee voor de naam in en met Burendag zal de definitieve naam bekend gemaakt worden en zal de eerste symbolische schop de grond in gaan. Heb je vragen, een goede naam voor de tuin of wil je mee helpen? Neem dan contact op met Michel Tonino (06 52057536).



Nieuw idee? Graag zelfs!

We proberen op het wijkcentrum constant nieuwe ideeën uit te voeren. Maar hier hebben we de hulp van de wijk voor nodig. Heb jij een nieuw idee of iets wat vroeger in de wijk was dat je weer terug zou willen brengen, kom langs tijdens de donderdagochtend inloop om met de sociaal werker van de locatie te kijken of de Alexberg hierbij kan helpen.

Schakers gezocht

Ben jij een fanatieke schaker of wil jij het leren? Dan kunnen we je hulp goed gebruiken! We willen graag een schaakgroep beginnen op de Alexberg en zoeken deelnemers. Heb je interesse? Mail naar ralphkoolen@zorgvoorelkaarbreda.nl en laat weten of je een voorkeursdag zou hebben en wat je ervaring is.

Blijf op de hoogte!

Wil je deze nieuwsbrief en de activiteitenlijst maandelijks ontvangen? Meld je aan via ralphkoolen@zorgvoorelkaarbreda.nl en ontvang hem elke maand in de mailbox. Ook voor nieuwe ideeën en vragen kun je mailen.