

de kap
MANTELZORGERS EN VRIJWILLIGERS

UITNODIGING

Dag van de Mantelzorg

APELDOORN

Kies één van de vele activiteiten!

Woensdag 1 november

Lezing Merijn Tinga

Van 19:00 tot 21:00 uur. Locatie: Apenheul, J.C. Wilsaan 21
Bioloog, kunstenaar en surfer Merijn Tinga over plasticvervuiling en hoe je het verschil kunt maken. De koffie staat klaar en na afloop een drankje.



Vrijdag 3 november

Molukse avond bij NExTT

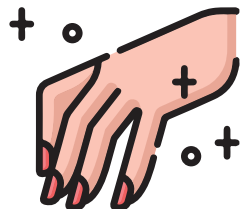
Vanaf 17:00 uur. Locatie: NExTT, Spoorstraat 27B
Een gezellig samenzijn bij NExTT drinks en soulfood met authentieke gerechten uit de Molukse keuken. Selamat Makan!



Vrijdag 3 + 10 november

Verwenmiddag UDO

Van 12:45 tot 15:00 uur. Locatie: UDO, Sprengenweg 81
Leerlingen van het UDO (voorheen Sprengeloo) bieden u een ontspannende handverzorging aan met aansluitend een heerlijke high tea.



Zaterdag 4 november

VIP arrangement Dynamo

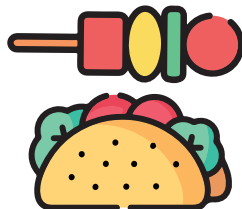
Vanaf 19:00 uur. Locatie: Omnisport, de Voorwaarts 55
In Omnisport kunt u een wedstrijd uit de eredivisie bijwonen tussen Draisma Dynamo en Simplex SSS. Vooraf ontvangst met uitleg en een drankje en natuurlijk is er na afloop een drankje.



Dinsdag 7 + 21 november

Interculturele kookworkshop

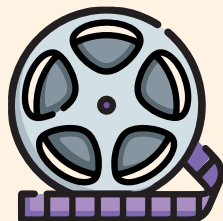
Van 9:30 tot 13:00 uur. Locatie: Da Capo, Eksterweg 71
Bij Da Capo gaat u in koppels lekkere (zoete) hapjes maken uit verschillende landen. Na afloop genieten van deze lekkernijen tijdens een gezamenlijke lunch.



Donderdag 9 november

Film 'Onze Natuur' in Gigant

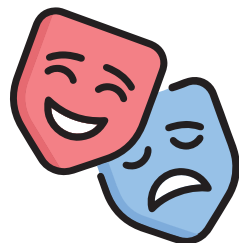
Aanvang: 20:15 uur. Locatie Gigant, Nieuwstraat 377
'Onze Natuur' is een ambitieuze natuurdocumentaire over de natuur in onze achtertuin. Prachtige verhalen over bekende en onbekende dieren. Natuurlijk met een kopje koffie en gratis drankje.



Vrijdag 10 november

Theatervoorstelling Zeikwif

Van 19:30 tot 22:30 uur. Locatie: Gigant, Nieuwstraat 377
Theatershow Zeikwif is een unieke voorstelling over een (mantel-) zorgmoeder die balanceert tussen overleven en verdrinken, zorgen en zeiken. Voor ouders van kinderen met intensieve zorg.



Vrijdag 10 november

Niels Geusebroek sings Coldplay

Aanvang: 20:00 uur. Locatie: Orpheus, Churchillplein 1
Zanger Niels Geusebroek en zijn band spelen de grootste hits van Coldplay. We hebben een beperkt aantal kaarten weten te bemachtigen van dit theaterconcert in Orpheus. Wacht dus niet te lang en meld u tijdig aan.



Zaterdag 11 november

High Tea door Rotary Apeldoorn 't Loo

Van 14:00 tot 16:30 uur. Locatie: Pr. Willem-Alexanderlaan 1419

Laat u verwennen met hartige en zoete gerechten die speciaal voor u gemaakt zijn. Inclusief jus d'orange, koffie en diverse smaken thee.



Maandag 13 en vrijdag 17 november

Verwenochtend ROC Aventus

Vanaf 9:45 uur. Locatie: Aventus, Laan van de Mensenrechten 500

Leerlingen van ROC Aventus bieden u een verwenochtend aan. Ontvangst met koffie of thee. U kunt kiezen uit een gezichtsbehandeling, nagel- of haarstyling. Bekijk op onze website de mogelijkheden.



Dinsdag 14 november

Voorstelling Remla

Aanvang: 20:00 uur. Locatie: Orpheus, Churchillplein 1

Een dansvoorstelling waarin Redouan Ait Chitt en Denden Karadeniz m.m.v. het Amsterdams Andalusich Orkest op zoek gaan naar de verbinding tussen verschillende werelden.

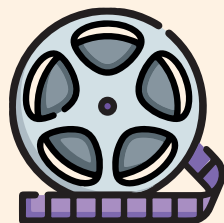


Donderdag 16 november

Première film Rocco & Sjuul

Aanvang: 20:15 uur. Locatie: Gigant, Nieuwstraat 377

Voor mantelzorger Sjuul gaat het leven zijn gangetje, totdat ze haar jeugdliefde ontmoet. Hun opbloeiende verliefdheid zorgt voor onenigheid in de families. Met koffie en een drankje na afloop.

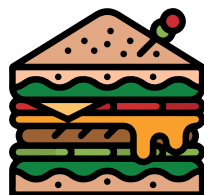


Vrijdag 17 november

Kookworkshop bij de Drie Ranken

Van 9:30 tot 13:00 uur. Locatie: Drie Ranken, Eglantierlaan 202

Na ontvangst met koffie en thee gaat u gezellig samen een uitgebreide lunch maken. Na afloop genieten van deze lekkernijen tijdens een gezamenlijke lunch.



Zaterdag 18 november

High Tea bij theehuis Westenenkerpark

Van 14:00 tot 16:30 uur. Locatie: Theehuis, Zilverweg 32

Hier wordt u getrakteerd op heerlijke verse zoete en hartige gerechtjes. Theehuis Westenenkerpark wordt gerund door mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt.

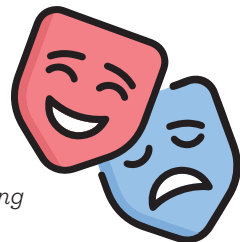


Zaterdag 18 november

Voorstelling 'Alleen familie'

Aanvang 20:00 uur. Locatie: Orpheus, Churchillplein 1

Een hilarische, ontroerende en meeslepende voorstelling van Huub Stapel over familiebanden. 'Alleen familie' is een feest der herkenning en tegelijkertijd persoonlijker dan ooit. (Beperkt aantal kaarten.)



Woensdag 22 november

Kahvaltı (Turkse lunch)

Van 11:30 tot 13:30 uur. Locatie: Pide & Grill, Marktstraat 4b

Mantelzorgers met een migratie achtergrond kunnen elkaar ontmoeten tijdens de Turkse lunch. Maar natuurlijk bent u ook van harte welkom als u van Turks eten houdt.



Aanmelden voor **één van bovenstaande activiteiten** en/of de

Vertelvoorstelling: www.dekap.nl/dagvandemantelzorg

Geen internet? Bel dan de Kap: 055 529 55 20.

Meld u tijdig aan want vol = vol.

EXTRA



Dinsdag 28 november

Voorstelling 'Stille Helden uit de Schaduw'

Van 15:00 tot 17:00 uur. Locatie: Gigant, Nieuwstraat 377

Vijf Apeldoornse mantelzorgers vertellen hun eigen mantelzorgverhaal.

Een vertelvoorstelling met een lach en een traan, o.l.v. regisseur Aad van der Waal, waarin mantelzorgsituaties openhartig, recht voor zijn raap, maar ook met humor worden verteld.