

# Nieuwsbrief Jij op Tholen

oktober 2025

## Terugblik

### Thoolse Fietstocht 2025:

Op vrijdag 19 september vond de Thoolse Fietstocht van 2025 plaats, en wat een prachtige dag was het! Dankzij het mooie weer en de schitterende routes was het een geslaagde activiteit. Maar liefst 290 enthousiaste deelnemers gingen op pad en konden kiezen uit afstanden van 20, 40, 60 of 80 km, met vertrek vanaf 6 verschillende locaties. Iedereen werd verwelkomd met een goedgevulde goodiebag en kreeg de kans om mee te doen aan een leuke foto-win-actie. Een topdag voor fietsers van alle niveaus!

## Activiteiten

### Sportplezier

| 1 oktober                                                                                                         | 8 oktober                                                             | 22 oktober                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| <b>Oud-Vossemeer</b><br>14.30 - 15.15 uur<br>Gymzaal Bou<br>Kooijmanstraat                                        | <b>Sint-Maartensdijk</b><br>13.30 - 14.15 uur<br>Gymzaal de Haestinge | <b>Stavenisse</b><br>13.15 - 14.00 uur<br>Gymzaal Schoolstraat     |
| <b>Tholen</b><br>15.45 - 16.30 uur<br>Gymzaal de Meulvliet                                                        | <b>Poortvliet</b><br>14.45 - 15.30 uur<br>Gymzaal Burgemeet           | <b>Sint-Annaland</b><br>14.30 - 15.15 uur<br>Gymzaal de Wellevaete |
|  <b>aanmelden</b><br>verplicht | <b>Scherpenisse</b><br>16.00 - 16.45 uur<br>Gymzaal Sassegrave        | <b>Sint Philipsland</b><br>15.30 - 16.15 uur<br>Gymzaal de Wimpel  |

### Activiteiten herfstvakantie

De zomervakantie zit er nog maar net op, maar we zijn nu alweer druk bezig met de activiteiten voor de herfstvakantie. Aanmelden kan via onze [website](#). Let op: vol=vol!

#### • FIFA26-toernooi, Leeftijd: 10 t/m 18 jaar

- Maandag 13 oktober - 18.30 uur - 21.00 uur - Kantine WHS (Bierensstraat 79)
- Op maandag 13 oktober organiseert Team Jij op Tholen in samenwerking met WePlay en voetbalclub v.v. WHS een FIFA26-toernooi. Ook dit keer belooft het weer een spannend toernooi te worden in de voetbalkantine van v.v. WHS. Wat deze editie extra bijzonder maakt, is dat het een FIFA26-toernooi is en er dus gebruik wordt gemaakt van de nieuwste editie van FIFA.

#### • Lego Masters, Leeftijd: 7+

- Maandag 13 oktober - 14.00 - 16.00 uur - bibliotheek Sint-Maartensdijk
- Donderdag 16 oktober - 14.00 - 16.00 uur - bibliotheek Sint-Annaland
- Vrijdag 17 oktober - 14.00 - 16.00 uur - bibliotheek Tholen
- In de herfstvakantie organiseert Jij op Tholen LEGO Masters! We gaan op zoek naar de beste LEGO-bouwer van de gemeente Tholen. Bouw jouw meesterwerk, laat je fantasie de vrije loop en strijd om de titel. De mooiste, origineelste en meest indrukwekkende creatie is de Thoolse LEGO Master en wint misschien wel een leuke prijs! Klik [hier](#) voor meer informatie en aanmelden.

#### • Apenkooien

- Donderdag 16 oktober, Gymzaal Poortvliet
- Tijd: 10.00 - 11.30 uur (4-8 jaar) & 13.00 - 14.30 uur (8-12 jaar)
- Ben jij dol op klimmen, klauteren, rennen en springen? Dan mag je dit niet missen! In de gymzaal van Poortvliet organiseren we een superleuke ochtend/middag vol beweging, spel en avontuur: Apenkooien! Tijdens deze activiteit verandert de gymzaal in een echte jungle vol obstakels. Ontdekt hoe leuk het is om samen actief bezig te zijn. Of je nu houdt van snelheid, behendigheid of gewoon lekker spelen - er is voor iedereen wat wils.

## Vereniging in de spotlight

### Excelsior Poortvliet

In samenwerking met Gymnastiekvereniging Excelsior wordt in de herfstvakantie een super toffe activiteit "apenkooien" georganiseerd. Daarom zetten we Excelsior natuurlijk in de spotlight. Het is leuk om samen met een vereniging iets te organiseren!

Aanmelden voor deze activiteit kan [hier](#).

Wil jouw vereniging een keer een toffe activiteit met ons organiseren om:

- Naamsbekendheid te krijgen
- Mogelijk nieuwe leden te werven
- Iets leuks voor jouw wijk te doen
- Of gewoon omdat je het tof vindt kinderen en/of volwassenen in beweging te krijgen en jullie sport te promoten

Neem dan contact met ons op door te mailen naar [jijoptholen@tholen.nl](mailto:jijoptholen@tholen.nl)

## Foto's



Klik [hier](#) om aan te melden voor de nieuwsbrief.

Voor afmelden, stuur een e-mail naar [jijoptholen@tholen.nl](mailto:jijoptholen@tholen.nl) met het onderwerp 'afmelden nieuwsbrief' als je deze nieuwsbrief niet meer wil ontvangen.



[www.jijoptholen.nl](http://www.jijoptholen.nl)





KOOP GEEN  
ALCOHOL  
VOOR IEMAND



Zo voorkom je  
allebei een boete  
van ruim €100,-

**NIX**18

Geen alcohol onder de 18

# DEELNEMERS GEZOCHT !



# VOEL JE JE WELEENS EENZAAM?

Dit onderzoek wordt uitgevoerd  
door onderzoekers van de



Universiteit  
Leiden

**LOCATIE:  
THOLEN**

**Mis je soms écht contact met anderen? Je bent niet de enige. Wij doen onderzoek naar hoe een groepscursus kan helpen tegen eenzaamheid.**

Wat houdt jouw deelname aan dit onderzoek in?

- Je vult op drie momenten een vragenlijst in.
- Je wordt willekeurig ingedeeld in één van twee groepen:



## GROEP 1

### Groepscursus

Je volgt gratis een **groepscursus**, begeleid door een professional die gespecialiseerd is in omgaan met eenzaamheid.

Je leert om verbinding te maken met jezelf en met anderen – en zo de eenzaamheid in de kern aan te pakken. Zodat je kan werken naar een leven waarin jij je vitaal en verbonden voelt.

## GROEP 2

### Informatie

Je krijgt informatie over eenzaamheid en wat je eraan kan doen. Na het onderzoek, kan je alsnog gratis de cursus online volgen.

Let op! Het kan dus zijn dat je tijdens het onderzoek de cursus NIET volgt.

### Voor wie?

- Je ervaart gevoelens van eenzaamheid
- Je bent ouder dan 18 jaar
- Je kan Nederlands spreken, lezen en schrijven
- Je staat open om iets nieuws te proberen en met jezelf aan de slag te gaan
- Je bent beschikbaar voor 8 groepsbijeenkomsten van 2 uur op de **dinsdagmiddagen** van **14.00 tot 16.00** in de periode van **28 oktober tot en met 16 december**.

Locatie: De Meulvliet, Zoekweg 8, 4691 HT Tholen Kan je niet op deze locatie/tijden? Meld je dan alsnog aan, andere locaties en tijden volgen!

- Wij organiseren ook groepen in Middelburg en Goes. Scan de QR code voor de informatie over deze groepen.

## AANMELDEN?

Scan de QR code, mail ons op [creatiefleven@fsw.leidenuniv.nl](mailto:creatiefleven@fsw.leidenuniv.nl), of bel/Whatsapp naar +31 6 18827356

