



**13X EEN  
MOMENTJE  
VOOR JEZELF**

**Ook dit jaar organiseren we weer een rondje workshops.  
Soms is het tijd voor een momentje voor jezelf. Ja toch?  
Iets nieuws leren, je leven verrijken, uit je comfortzone.  
Daar word je een gelukkig mens van!**

Precies daarom organiseert Soroptimistclub Apeldoorn deze workshops. Lees snel verder; er is er vast één die jou aanspreekt!

Waar wij óók gelukkig van worden, is van delen.  
Alle opbrengsten geven we weg. Daarnaast kan je meedoen aan de verkoop van chocoladehartjes want wij werken vanuit ons HART.

Alles voor het doel dat we dit jaar steunen:

***NOT FOR SALE***

*BOEK SNEL JOUW WORKSHOP  
ER IS BEPERKT PLAATS!*



**6 april 2024 | 16.00-18.00 u**

# **WIJNPROEVERIJ**

**Wat betekent VDP? Is Duitse wijn lekker?**

**Kom vooral proeven en laat je verrassen door zeer smakelijke Duitse topwijnen!**

**25,00 euro p.p.**

**Minimaal 10 - Maximaal 12 deelnemers**

**Aanmelden voor 20 maart 2024: [apeldoorn.soroptimist@gmail.com](mailto:apeldoorn.soroptimist@gmail.com)**



**12 april 2024 | 13.30-16.00 u**  
**14 april 2024 | 10.30-13.00 u**



# **SPRENGEN- WANDELING MET GIDS**



**Trek je wandelschoenen maar aan!**  
**Gids Henk Weltje neemt je mee op avontuur door de bossen en vertelt**  
**over de Apeldoornse sprengen.**  
**Ongeveer 5,5 km**

**17,50 euro p.p.**  
**Aanmelden voor 31 maart 2024: [apeldoorn.soroptimist@gmail.com](mailto:apeldoorn.soroptimist@gmail.com)**

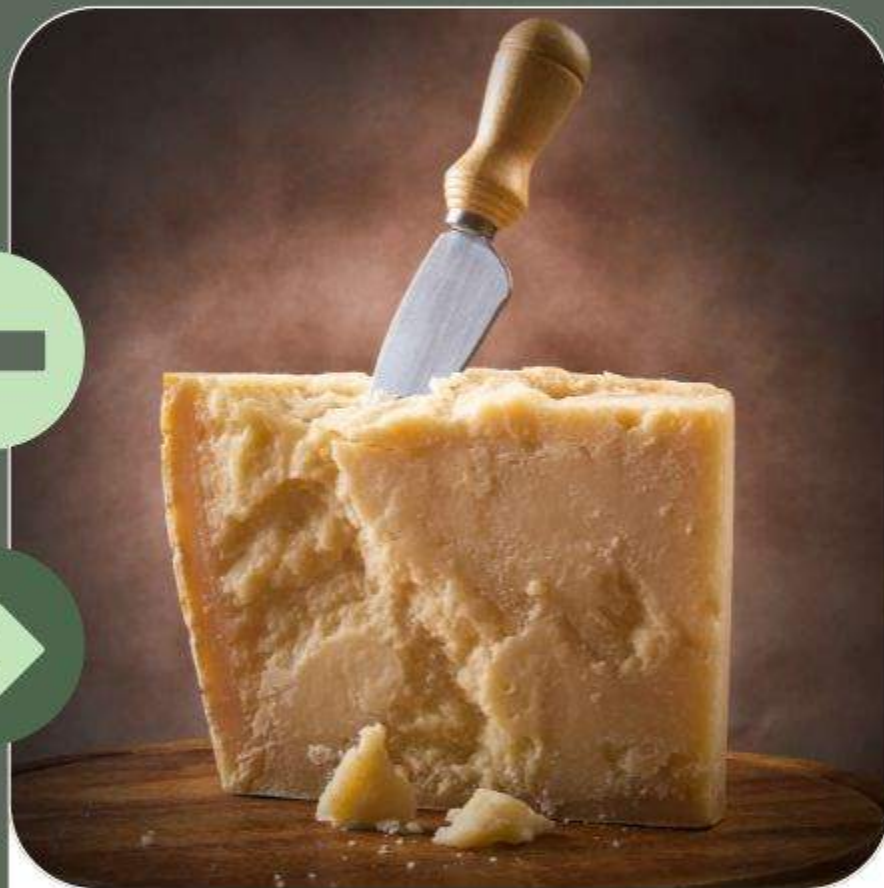
**14 april 2024 | 14.00-16.00 u**

# **DIT MET DAT!**

Kan kaas met thee?



**THEE**



**KAAS**

Ga mee op ontdekkingstocht en ervaar de combinatie van kaas en thee!  
We gaan verschillende theeën zetten, ruiken, proeven en combineren met 3  
verschillende kazen.

Maximaal 10 deelnemers - 35 euro p.p.

Aanmelden voor 31 maart 2024: [apeldoorn.soroptimist@gmail.com](mailto:apeldoorn.soroptimist@gmail.com)



**3 mei 2024 | 10.00-12.00 u**

# **GEOCACHING OP DE FIETS**

Vind je fietsen leuk en lijkt je het leuk om dit te combineren met goed speurwerk, dan is geocaching misschien wat voor jou. Of je hebt misschien al eens gehoord van geocaching en weet niet hoe te beginnen? Dan is dit je kans! Op de fiets gaan we verschillende geocaches verspreid door Apeldoorn zoeken.

Startpunt: N52 12.515, E005 56.441

Maximaal 12 deelnemers - 17,50 euro p.p.

Aanmelden voor 20 april 2024: [apeldoorn.soroptimist@gmail.com](mailto:apeldoorn.soroptimist@gmail.com)



**11 mei 2024 | 10.00-12.00u**  
**11 mei 2024 | 14.00-16:00u**

# **FIETSTOCHT APELDOORN IN WOII**

**Sander Hurenkamp - geschiedenisdocent en schrijver van de canon van Apeldoorn - neemt je mee langs historische plekken in Apeldoorn en vertelt over de bekendste monumenten.**

**Maximaal 15 deelnemers per fietstocht - 17,50 euro p.p.  
Aanmelden voor 1 mei 2024: [apeldoorn.soroptimist@gmail.com](mailto:apeldoorn.soroptimist@gmail.com)**



**15 mei 2024 | 19.30-20.30u**

# **MINDFULNESS & MEDITATIE**

**(online)**

Noor (The Lightclub) laat je online kennismaken met meditatie en mindfulness. Ze legt uit wat het verschil is, wat het voor je kan betekenen en waar de uitdagingen liggen als je ermee begint. En uiteraard gaan we samen een meditatie beoefenen!

17,50 euro p.p.

Aanmelden voor 10 mei 2024: [apeldoorn.soroptimist@gmail.com](mailto:apeldoorn.soroptimist@gmail.com)



**18 mei 24 | 14.00-15.30 u**  
**19 mei 24 | 11.00-12.30 u**

# **VROUWEN VAN APELDOORN**

**Fiets mee en ontdek de fascinerende geschiedenis van de vrouwen die Apeldoorn hebben gevormd; van bekende pioniers tot minder bekende heldinnen. Leer - fietsend door de straten van Apeldoorn - over hun prestaties, strijd en invloed op de lokale cultuur en gemeenschap.**

**Maximaal 12 deelnemers per fietstocht - 17,50 euro p.p.  
Aanmelden voor 10 mei: [apeldoorn.soroptimist@gmail.com](mailto:apeldoorn.soroptimist@gmail.com)**

23 mei 2024 | 19.30-20.30 u

# 80s DANCE WORKOUT EXPERIENCE

Zin in een workout waarbij dansen op de heerlijke 80s muziek centraal staat. Samen dansen en dan ook nog aan je conditie en body werken. Een perfecte combinatie!

Maximaal 15 deelnemers - 17,50 euro p.p.  
Aanmelden voor 9 mei 2024: [apeldoorn.soroptimist@gmail.com](mailto:apeldoorn.soroptimist@gmail.com)



25 mei 2024 | 13.00- 16.30 u

# MAHJONG LEREN SPELEN

Een oud Chinees spel, interessant en best ingewikkeld. Onder het genot van een kopje Chinese thee en koekjes leer je de basisbeginselen van het Mahjong spel:

Wat betekenen de stenen?

Hoe bouw ik een muur?

Strategisch spelen, hoe doe je dat?

Wie heeft gewonnen?

Maximaal 8 deelnemers - 17,50 euro p.p.

Aanmelden voor 10 mei 2024: [apeldoorn.soroptimist@gmail.com](mailto:apeldoorn.soroptimist@gmail.com)



26 mei 2024 | 14.00-18.00 u

# KAMADO DEMONSTRATIE INCL. PROEVEERIJ

Een demonstratie bbq-en met een Kamado. Geniet lekker van een voorgerechtje en een mooi, groot stuk vlees van de bbq, inclusief drankjes. Met koffie en chocolade toe.

Maximaal 8 deelnemers - 55 euro p.p.  
Aanmelden voor 12 mei 2024: [apeldoorn.soroptimist@gmail.com](mailto:apeldoorn.soroptimist@gmail.com)



**31 mei 2024 | 19.30-22.30 u**

# **SIP & PAINT**



**Een avond vol gezelligheid, creativiteit en lekkere hapjes!  
Onder het genot van een hapje en een drankje maak je - onder begeleiding van Studio Kimenai - je eigen meesterwerk.**

**Maximaal 10 deelnemers - 75 euro p.p.  
(incl. materiaal, 3 wijntjes/drankjes en hapjes)  
Aanmelden voor 17 mei 2024: [apeldoorn.soroptimist@gmail.com](mailto:apeldoorn.soroptimist@gmail.com)**





**8 juni 2024 | 10.00-13.00 u**

# **LIMBURGSE VLAAI BAKKEN**

**(online)**

Bak in je eigen keuken een echte Limburgse vlaai met online begeleiding van 2 Limburgse zussen. Het recept wordt vooraf toegestuurd, iedereen wordt begeleid en aan het einde heb je een heerlijke vlaai.

17,50 euro p.p.

Aanmelden voor 25 mei 2024: [apeldoorn.soroptimist@gmail.com](mailto:apeldoorn.soroptimist@gmail.com)



16 juni 2024 | 13.30-15.30 u

# CREATIEF MET

# STEEN



Een middag ontspannen, creatief en gezellig stenen beschilderen, vilten, etc.

Maximaal 15 deelnemers - 25 euro p.p.

Aanmelden voor 1 juni 2024: [apeldoorn.soroptimist@gmail.com](mailto:apeldoorn.soroptimist@gmail.com)





**EXTRA:  
IETS  
HARTSTIKKE  
LEKKERS!!**

lees snel verder





UIT ONS HART  
OOK DIT JAAR VERKOPEN WE  
CHOCOLADE VOOR ONS GOEDE DOEL  
VAN ONZE VASTE CHOCOLATIER.

WIE MAAKT JIJ BLIJ MET EEN ZAKJE  
GEMENGDE CHOCOLADE GEVULDE  
HARTJES?

1 ZAKJE KOST €9 / 2 ZAKJES VOOR  
€17,50

JE KUNT BESTELLEN DOOR TE EMAILEN  
NAAR  
[APELDOORN.SOROPTIMIST@GMAIL.COM](mailto:APELDOORN.SOROPTIMIST@GMAIL.COM)

\*BUITEN APELDOORN REKENEN WIJ VERZENDKOSTEN EN  
IS VERZENDEN OP EIGEN RISICO.





Deze workshops worden je aangeboden door leden van Soroptimistclub Apeldoorn. Onze club steunt dit jaar Not for Sale Nederland. Not for Sale biedt perspectief aan mensen die weinig of geen kansen hebben gehad in hun leven – vrouwen en mannen die om verschillende redenen in kwetsbare situaties terecht zijn gekomen zoals de prostitutie, mensenhandel en slachtoffers van huiselijk geweld. Wij richten ons specifiek op de Dignita Academy: scholing voor vrouwen die de moed hebben gehad uit de prostitutie te stappen. Scholing die hen kansen biedt op een menswaardig en zelfstandig leven, hier of eventueel in hun thuisland. Een prachtig doel waar we ons graag voor inzetten!!

De doelstelling van Not for Sale sluit naadloos aan op de doelstelling van Soroptimist International. Samen met maar liefst 72.000 vrouwelijke professionals zetten we ons als Soroptimisten in om de rechten, de positie én het leven van meisjes en vrouwen wereldwijd te verbeteren.

[www.soroptimist.nl/apeldoorn](http://www.soroptimist.nl/apeldoorn)

