

Activiteiten voor 60-plussers. Ze zijn er wel maar niet altijd goed te vinden. Daarom verschijnt tweewekelijks deze pagina met activiteiten die interessant zijn voor 60-plussers. Een initiatief van NOLANO, de ontmoetingsvereniging voor 60-plussers, en Week-

blad Contact. Zo bieden we een gevarieerd overzicht van wat Zutphen en Warnsveld te bieden heeft. Deze pagina is ook te lezen op www.nolano.nl. Kijk wat je leuk vindt en doe voorzichtig als je erop uit gaat.

ACTIVITEITENPROGRAMMA

VOOR
ELK WAT
WILS!

KUNST EN CULTUUR

Galerie kunst & koffie - Marspoort Galerie

Met koffie/thee en huisgemaakte taart genieten van kunst. Nu met o.a. schilderijen van Joris van Spaendonck.
📅 woensdag t/m zondag van 9.30- 18.00 uur / Marspoortstraat 9a
€/i: toegang gratis / www.marspoortgalerie.nl

Kunstroute 'Geef eens KUNST KADO' – Galerie Stijl

Expositie met kunstwerken gericht op de komende feestdagen. Ook bij andere ateliers en galeries in Gorssel-Eefde-Epse.
📅 19 en 20 dec. / 11.00-17.00u / Zutphenseweg 132, Eefde
€/i: € 3,- i.p.v. € 6,50 / T 0575 474 280 / www.galeriestijl.nl

Magie van Licht – Musea Zutphen / NOLANO

Deze tentoonstelling van aquarellen laat zien dat de waterverfkunst springlevend is en een grote diversiteit kent.
📅 tot 7 febr. 2021 / museum Henriëtte Polak / 's Gravenhof 4
€/i: € 9,- / NOLANO-leden op 23 en 30 december € 5,- / Aanmelden: 06 414 435 60

Kunstroute 'Geef eens KUNST KADO' – Galerie Nikko

Expositie met kunstwerken bij 13 ateliers en galeries in Gorssel-Eefde-Epse. Exclusieve en vriendelijk geprijsde kunstwerken.
📅 19 en 20 dec. / 11.00-17.00u / Mettrayweg 65, Eefde
€/i: gratis / T 0575 472 956 / www.galerienikko.nl

Kunstroute 'Geef eens KUNST KADO' – Rudy en Janny Volbeda

Expositie van kleine en grote schilderijen en beelden van Rudy en Janny Volbeda. Zie ook elders op deze pagina.
📅 19 en 20 dec. / 11.00-17.00u / Kerk in Epse, Lochemseweg 36
€/i: gratis / T 06 51 61 79 12 / www.rudyvolbeda.com

Galerie Roman en Henriëtte Reisinger

Meesterlijke (olieverf)stillevens in realistische stijl. Originelen - reproducties - merchandising - werk in opdracht.
📅 Dagelijks geopend, Nijverheidstraat 19, Gorssel
€/i: gratis / T 06 130 394 02 / www.romanreisinger.nl
Deelnemer kunstroute, 19 en 20 december, 11.00-17.00 uur

MUZIEK

Mozart en Chopin op zijn Russisch - Dat Bolwerck

Een unieke benadering van hoe klassieke muziek gespeeld wordt door de Russische top pianist Slava Poprugin.
📅 12 december om 19.00 en 20.30 uur / Zaadmarkt 112
€/i: € 25,- / T 06 20 43 79 79 / www.datbolwerck.nl

Schubert en Aranjuez - Dat Bolwerck

Met 19e-eeuwse gitaren spelen Izhar Elias en Fernando Cordas temperamentvol Schubert en het adagio uit Concerto de Aranjuez.
📅 19 december om 19.00 en 20.30 uur / Zaadmarkt 112
€/i: € 25,- / T 06 20 43 79 79 / www.datbolwerck.nl

Kerstwandelconcert / Dat Bolwerck

Muzikale rondgang met filosofe Imre Ploeg en blokfluitensemble (Dat Bolwerck), Jeroen den Herder op cello (Elisabeth Kapel) en Johannette Zomer (Bibliotheek).
📅 27 december van 14.00 tot 16.30 uur / Zaadmarkt 112
€/i: € 29,50 / T 06 20 43 79 79 / www.datbolwerck.nl

ONTSPANNING

Farewell paradise – Luxor theater

Een gelukkig gezin belandt in de jaren '60 van de Bahama's ineens in het koude Zwitserland. Levensverhaal van een familie.
📅 13 dec. om 11.00u en 15 dec. om 20.00u / Houtmarkt 64
€/i: € 9,50 / T 0575 513750 / www.luxorzutphen.nl

Into the jungle – Luxor theater

Een Australisch stel overtuigt de Papoea's van Nieuw-Guinea niet meer te jagen op een met uitsterven bedreigde boomkangaroo.
📅 20 dec. om 11.00u en 22 dec. om 20.00u / Houtmarkt 64
€/i: € 9,50 / T 0575 513750 / www.luxorzutphen.nl

Manon Lescaut (Royal Opera House) – Cinemajestic / NOLANO

Operafilm waarin de studente Manon kiest voor de passie, maar gaat wankelen als rijkdom en luxe op haar pad komen.
📅 15 december / 13.30-16.00 uur / Dreef 8
€/i: € 6,-; leden Nolano € 3,50 / T 06 414 435 60 / www.nolano.nl

CREATIEF

Kerst bloemschikken – Lusterworkshops / NOLANO

Sfeervol de kerstdagen in met een Kerstkrans op schaal. Keus uit diverse soorten groen en decoratie materialen.
📅 16 december / 10.00-12.15u en 14.00-16.00u / Marsweg 115-1
€/i: € 22,50; leden Nolano € 17,50 / T 06 41443560 / www.nolano.nl

KENNIS

Cursus Vijf Wijsheden (Sebo Ebbens) - Dat Bolwerck

Het Tibetaans boeddhisme kent vijf wijsheden/stijlen. Een prachtige manier om onszelf en anderen beter te leren kennen.
📅 2, 9, 16 feb.; 2, 9, 16, 23 mrt 2021 / 19.30-21.30u / Zaadmarkt 112
€/i: € 120,- / T 06 20 43 79 79 / www.datbolwerck.nl

Socratische Gesprekstechniek - Dat Bolwerck

Leren en beoefenen van helder verwoorden, vastgeroeste overtuigingen onderzoeken en open staan voor nieuwe inzichten. Filosoof Corrie Haverkort gebruikt gesprekken van Socrates en zijn vrienden.
📅 dinsdagavonden 5, 12, 19, 26 jan. en 2 feb. 2021 / Zaadmarkt 112
€/i: € 295,- / T 06 20 43 79 79 / www.datbolwerck.nl

ACTIEF

30 minuten sporten voor vrouwen - Curves Zutphen

Vitaler, gezonder en krachtiger in 30 minuten. Probeer nu 30 dagen voor 30 euro.
📅 ma, di, wo 8.00-13.00 uur en 16.00-20.00 uur; do, vr 8.00-13.00 uur en 16.00-19.00 uur; za 9.00-12.00 uur / Spitaalstraat 74
€/i: € 30,- voor 30 dagen / zutphen@curves.nl / T 0575-843977

ZINGEVING EN GEZONDHEID

Levensverhalen – NOLANO

Start van de reeks Levensverhalen waarin een lid van NOLANO vertelt over zijn/haar leven. Dit keer met Wilna Breukelaar.
📅 20 december / 14.30-16.00 uur / Proeflokalen, Vispoortplein 16
€/i: € 4,-; leden € 2,- / www.nolano.nl / Aanmelden: T 06 414 435 60

SAMEN ETEN

Kookworkshops - Kookstudio Beter-Koken

Culinaire kookworkshops in een Bourgondische sfeer. Kom met een groep lekker koken en samen opeten!
📅 dagelijks mogelijk na reserveren / Lage Weide 15, Warnsveld
€/i: www.beter-koken.nl / info@beterbeter-koken.nl

OVERIG

Academie Zutphen – Stadsonderneming Zutphen

Heb je een plan waar Zutphen beter van wordt? In een kleine groep maak je er in zes sessies je eigen project van.
Aanmelden tot 11 januari.
📅 tweewekelijks op maandag vanaf 18 jan. / 19.30-21.30 uur / in Zutphen
€/i: € 75,- / info@stadsondernemingzutphen.nl / T 06 229 84 668.

Voor € 5,- per maand ben je lid van NOLANO tot en met juni 2021.

Meld je aan via www.nolano.nl, info@nolano.nl, T 06 414 435 60.

MAAK
KENNIS
MET
NOLANO

KUNSTRUTE- GEEF EENS KUNST KADO

Rudy en Janny Volbeda zijn professioneel beeldend kunstenaars woonachtig in Epse. Samen met nog elf kunstenaars uit Epse, Gorssel en Eefde doen zij mee aan deze kunstroute. Speciaal daarvoor hebben zij de Hervormde kerk van Epse mogen huren. Ruimte genoeg om coronaproof bezoekers te ontvangen zodat u veilig de expositie kunt bezoeken.

Te zien zijn grote en kleine impressionistische schilderijen, mini schilderijtjes en tekeningen. Grote en kleine stenen beelden voor binnen of buiten. Enkele bronzen beeldjes en natuurlijk kunstkaarten. Veel betaalbare en originele werkjes. Wat is er nou leuker in deze donkere tijd om jezelf of een ander een bijzonder kunstwerk cadeau te doen! Natuurlijk zijn Rudy en Janny zelf ook aanwezig.

Welkom op zaterdag 19 en zondag 20 december van 11.00 tot 17.00 uur in de kerk van Epse, Lochemseweg 36. De toegang is gratis en parkeren kan voor de deur. Een flyer met de adressen van alle andere deelnemers ligt hier voor je klaar.

Rudy en Janny Volbeda
06 51 61 79 12

r.volbeda@chello.nl
www.rudyvolbeda.com



PLAATS UW ACTIVITEITEN OP '60 PLUS IN ACTIE'

Organiseert uw bedrijf of organisatie activiteiten voor 60-plussers?

Op de tweewekelijkse pagina '60 plus in actie' krijgen ze met ruim 23.000 bezorgadressen gegarandeerd een groot bereik. Voor meer informatie: info@nolano.nl of T 06 414 435 60.

ACTIVERENDE GESPREKKEN



Ontmoetingen zijn niet voor iedereen vanzelfsprekend. Zeker in deze tijd. Soms heb je wat hulp nodig. NOLANO heeft ervaren vrijwilligers die een luisterend oor bieden en samen met jou kijken wat er nodig is om in contact met anderen te blijven of te komen. Meer info: Dederiek Daum, dederiek@nolano.nl, T 06 306 237 94