

TV-Gids "Online Activiteitenprogramma"



Positief nieuws



Van hele oude series tot activiteiten uit de regio.

Elke dag online beschikbaar

Dit is een TV Gids waarin je diverse activiteiten kan vinden. Het eerste deel heet "Elke dag online beschikbaar". Dit deel bestaat uit activiteiten die altijd beschikbaar zijn, op elk tijdstip van de dag zijn deze opvraagbaar en te bekijken!

Het tweede deel heet "Elke dag iets nieuws". In dit deel van de gids worden normaliter linkjes gedeeld die leiden naar Live gestreamde activiteiten. Omdat het deze week voor het eerst is dat we dit gaan doen bieden we jullie één live activiteit aan, om uit te testen of het goed werkt. Via de bijgevoegde link kan je op het aangegeven tijdstip live meegenieten van de stoelyoga van bewegingsagoog Thomas!

Wij willen jullie veel plezier wensen met dit online activiteitenprogramma! Speur lekker rond in de gids. We hopen jullie snel een uitgebreider live aanbod aan te bieden.

Hebben jullie vragen over de TV gids? Of wil je een live activiteit aanmelden? Neem dan contact op met zorgtechnologie@brabantzorg.eu

Elke dag online beschikbaar

Filmpjes/programma's



Programma gemist

Wat? Heeft u net uw favoriete programma gemist? Van 'De Wereld Draait Door' tot 'Het NOS journaal', alles is hier terug te kijken.

Waar te vinden? <https://www.uitzendinggemist.net/>



Een kijkje achter de schermen...

Wat? Bedrijven zoals de NS, Schiphol en de Marine geven u een kijkje in hun dagelijkse werkzaamheden. Klik op de rechtermuisknop en open de link.

Waar te vinden? [NS](#)
[Schiphol](#)
[NOS Journaal](#)
[Inhuldiging Koning & Koningin Koningshuis](#)
[Staatsbosbeheer](#)
[Radio & TV vroeger \(Tip!\)](#)



Tours & wandelingen

Wat? Deze ontspannende Youtubefilmpjes nemen je mee op tour door bijvoorbeeld Megen of Den Bosch. Hieronder staan de links!

Waar te vinden? [Rondje door Megen](#)
[Een korte wandeling door Den Bosch](#)
[Tour door de Sint Jan Den Bosch](#)



Universiteit van Nederland

Wat? De Universiteit van Nederland heeft een Youtube playlist met allerlei interessante colleges. De onderwerpen variëren breed dus neem eens een kijkje!

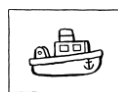
Waar te vinden? [Colleges Universiteit van Nederland](#)



Drones

Wat? Een drone is een klein, vliegend en op afstand bestuurbaar apparaatje waar je de meest prachtige filmpjes mee kan maken. Vlieg rond boven Veghel of Oss en kijk je ogen uit!

Waar te vinden? [Veghel via een drone](#)
[Noordkade Veghel via een drone](#)
[Met een drone boven het Osse zwembad en meer](#)



Sluizen en het pontje

Wat? Daarnaast zijn er een aantal korte filmpjes van omgeving Oss. Bijvoorbeeld de sluis bij Lith, bij de Zuid-Willemsvaart of bekijk het pontje bij Alpen.

Waar te vinden? [Sluis bij Lith](#)
[Sluis 0 bij Zuid-Willemsvaart](#)
[Het pontje bij Alpen](#)

Websites

CHALLENGE Challenges

Wat? Een platform om in sneltreinvaart online dagbesteding aan cliënten aan te bieden, speciaal voor deze lastige periode.

Waar te vinden? <https://www.digidagbesteding.nl/challenges>



Dagelijkse Doorkomer

Wat? Je meld je aan voor een dagelijkse mail met altijd iets om te doen of lezen en een mooie, gekke of grappige video. Van tips om beter te slapen en minder te piekeren, tot mooie gedichten en geweldige uitvoeringen van klassieke meesterwerken. Elke dag word je met iets verrast!

Waar te vinden? <https://langerthuisinhuis.nl/dagelijks-doorkomer/>



Elke dag online beschikbaar



Seniorennet

Wat? Neem eens een kijkje op deze pagina speciaal voor senioren. Bijvoorbeeld onder het kopje 'Vrije tijd' staan leuke Quizzen om gezamenlijk te spelen, foto's om samen door te kijken of andere activiteiten. Let op: sommige activiteiten vereisen aanmelding met een e-mailadres of een wachtwoord.

Waar te vinden? www.seniorennet.be



Nostalgieweb

Wat? Op deze website vind je de leukste muziek, plaatjes, filmpjes en nog veel meer van vroeger. Want, 'vroeger was alles beter'.

Waar te vinden? <https://nostalgieweb.nl/>

Natuur



Wandelingen in de natuur

Wat? Hieronder drie links naar een ontspannende boswandeling van een half uur, een rondje van 15 minuten door Nationaal Park De Veluwezoom en een korte informatieve tour rondom de molen in Keldonk.

Waar te vinden? [Boswandeling](#)
[Een rondje door De Veluwezoom](#)
[Informatieve tour Keldonk](#)



Livestreams

Wat? En kijk hier naar livestream, óf van diverse vogels zoals de ooievaar, diverse uilen, merels en vele anderen, óf neem een kijkje bij de cavia's op de caviaopvang.

Waar te vinden? [Livestream vogelbescherming](#)
[Livestream caviaopvang](#)



Luisteren



Korte radioboeken

Wat? Op deze pagina zijn een drietal korte luisterverhalen van ongeveer 30 minuten te vinden. Geschreven en ingelezen door bekende Nederlandse en Vlaamse auteurs; Adriaan van Dis, Karin Amatmoekrim en Abelkader Benali.

Waar te vinden? <https://www.deburen.eu/magazine/449/radioboeken-download-gratis-100-luisterverhalen>



Luisterboeken

Wat? Vrijwilligers hebben deze boeken die vrij zijn van auteursrechten online verzameld en gratis aangeboden.

Waar te vinden? <http://librivox.nl/>



Radio

Wat? Twee radiozenders: Radio5 voor oldies en klassiekers, Radio4 voor klassieke muziek.

Waar te vinden? <https://www.nederland.fm/radio/radio5>
<https://www.nederland.fm/radio/radio4>



Strandwandeling met jazz-muziek

Wat? In dit Youtubefilmpje van ongeveer 20 minuten maak je een wandeling langs het strand terwijl ontspannende jazz-muziek op de achtergrond meespeelt.

Waar te vinden? [Strandwandeling](#)



Diva Dichtbij

Wat? Een Youtubekanaal met tal van liedjes; van kerkelijke liederen tot 'Aan de Amsterdamse grachten'!

Waar te vinden? [Youtubekanaal Diva Dichtbij](#)

Elke dag online beschikbaar

Crea Bea



Cursus sokken breien

Wat? Leer sokken breien of fris je geheugen op met deze online cursus. Aan de hand van 7 korte instructievideo's kom je alles te weten over de basistechnieken van het breien van een sok. Zo heb jij binnen de kortste keren een perfect paar sokken gebreid!

Waar te vinden? <https://www.wolplein.nl/blog/sokken-breien-gratis-cursus/>



Koffie&Wol-TV

Wat? En als extraatje naast de cursus sokken breien: kijk hier aanvullende video's! In de Koffie&Wol show hoor je alles over breien en haken in één programma.

Waar te vinden? <https://www.wolplein.nl/koffie-en-wol/videos/>



Online bridgen

Wat? Mis je de vaste bridgeavonden? Gelukkig kan dit ook online. Op deze website kan je zónder aanmelding gratis bridgen! Je speelt tegen een computer.

Waar te vinden? <https://www.zobridge.com/SPELEN.html>



Online spellen

Wat? Als aanvulling op het bridgen: hier vind je allerlei soorten spellen, van Sudoku's tot Tetris tot een scala aan kaartspellen. Goed voor uren vermaak!

Waar te vinden? <https://www.wolplein.nl/koffie-en-wol/videos/>

Uit Den Ouden Doosch



Aanbod aan programma's

Wat? In deze categorie vind je programma's van vroeger. Van *Swiebertje* tot *Zeg 'ns Aa* en van *De Dik voor mekaar show* tot *Ciske de Rat*, voor ieder wat wils. Er zitten korte en lange programma's tussen die in totaal uren kijkplezier geven.

Waar te vinden? ['Stuif es in', aflevering uit 1983](#)
['Wie ben ik', aflevering uit 1993](#)
['De Dames Snip en Snap'](#)
['De Dik Voormekaar Show' uit 2008](#)
['Finale Soundmixshow', uit 1986](#)
[Playlist 'Toen was geluk heel gewoon'](#)
['Swiebertje DVD 1'](#)
['Zeg 'ns Aa', uit de jaren '80](#)
['Ciske de Rat', uitvoering uit 1955](#)

Bewegen



Stoelyoga

Wat? Een korte (17 minuten) en lange (45 minuten) stoelyoga work-out. Zittende yoga oefeningen zo vanuit je stoel! Daarnaast een lesje 'ziddansen'. Dit vergt wat eigen creativiteit maar is een leuke manier om te bewegen.

Waar te vinden? [Yoga oefeningen van 17 minuten](#)
[Yoga oefeningen van 45 minuten](#)
[Lesje 'ziddansen'](#)



Nederland in Beweging

Wat? Nederland in Beweging! is een programma op de Nederlandse televisie, bedoeld om bewegen te stimuleren. Via deze link zijn video's met leuke oefeningen te vinden!

Waar te vinden? ['Nederland in Beweging' op Youtube](#)



Beweegles voor senioren

Wat? Als laatst een beweegles speciaal voor senioren. Veel succes en natuurlijk plezier toegewenst!

Waar te vinden? [Alteratieve beweegles](#)



Elke dag iets nieuws (pilot!)

Stoelyoga met Thomas

- Datum** *Donderdag 9 april 2020*
Van 11:00 tot 11:30
- Omschrijving** Thomas van der Cammen is bewegingsagoog in regio Den Bosch. Hij is ontzettend enthousiast om de live uitzendingen af te trappen en zal gedurende een half uur verschillende yoga oefeningen uitvoeren vanaf zijn stoel. Dus ga lekker zitten en beweeg mee!
- Link** <https://www.youtube.com/watch?v=kTZJ7bmPLgk&feature=youtu.be>

