

Drama, muziek en creativiteit tijdens Bruisende Vrijdag

Zelfregiecentrum Nijmegen



-  **Vrijdag 13 maart 2026 van 10:30 tot 14:30 uur**
Over 3 maanden
-  **Zelfregiecentrum Nijmegen**
St. Jorisstraat 72, Nijmegen
-  **Terugkerende activiteit**
Wekelijks op vrijdag tot en met 26 juni 2026

Op vrijdagen bruist het op het ZRCN! Er wordt gekloddert, geknipt, gekookt, gekletst, geacteerd, gemusiceerd, gelachen en ontspannen. Een heerlijk begin van je weekend!

Vind het plezier in Drama

10.30 - 12.00 uur en 13.00 - 14.30 uur

Een leuke drama-activiteit waar iedereen aan mee kan doen. Ervaring is niet nodig. Wil je eerst even sfeerproeven of niet meedoen, maar kijken?

Iedereen is welkom!

Stagiaire Maria: *"Ik houd van theater, zingen, lezen, wandelen en creatieve dingen doen. Wat wij mooi vinden aan theater is dat het mensen samenbrengt, waar je ook vandaan komt en wie je ook bent."*

Stagiaire Emma: *"Ik ben al heel mijn leven bezig met theater. Ik vind het superleuk die passie nu te mogen delen!"*

Vrijdag muziekmiddag

13.00 - 14.30 uur

Heb jij behoefte aan contact en om muzikaal bezig te zijn? Schuif dan vrijdagmiddag bij ons aan. Ook als je geen kennis of ervaring met muziek hebt, ben je welkom!

Bo Didderen en Eric Hopp zijn tweedejaars muziektherapiestudenten aan de HAN.

Bo: *"Ik houd van zingen, gitaar spelen en alles wat met muziek te maken heeft. Voor mij is muziek een middel om mijn gevoel te vertalen in klank. Ik vind begrip, rust en expressiviteit in muziek."*

Eric: *"Ik speel vooral piano maar ben de afgelopen jaren ook met gitaar en zang bezig geweest. Ook maak ik graag digitaal muziek op mijn computer. Muziek is voor mij al altijd een mooie manier geweest om gevoelens te uiten en verbinding met anderen te voelen."*

Samen hopen wij anderen te mogen meenemen in de emoties, het plezier en ontspanning die muziek kan bieden."

Verder:

's Ochtends individueel muziek of zang

In de ochtend is er ook ruimte voor 1 op 1 zangles.

Wil je bijvoorbeeld (beter) gitaarspelen of pianospelen?

Maak een individuele afspraak.

Creatief atelier (10.00 - 12.00 uur)

Zing jij mee? 10.30 - 12.00 uur)

Prikkelarm atelier (13.00 - 14.30 uur)

Alle activiteiten zijn gratis.

Jongeren, Volwassenen, Senioren

Recreatie / ontspanning

Workshop / cursus

Alle wijken / nvt

[illegible]