

RIBW Nijmegen & Rivierenland



RIBW Ten Kate

Voor jongvolwassenen met psychische problemen kan het fijn zijn om regelmatig met gelijkgestemden samen te komen in een ontspannen sfeer. Daarom biedt de RIBW Nijmegen & Rivierenland speciaal voor deze groep een laagdrempelige zinvolle daginvulling: Ten Kate. Een plek waar je altijd welkom bent en waar je wordt gemist als je er niet bent.

Ten Kate biedt ruimte voor 18 tot 35 jarigen met psychische problemen om zich te ontwikkelen. Bijvoorbeeld in het leren op jezelf te vertrouwen, het aangaan van vriendschappen of het aanknopen van een gesprek.

Drie keer per week zijn er momenten om samen te komen. De koffie staat op deze momenten klaar en er zijn begeleiders aanwezig voor een fijn gesprek. De aanwezigen houden zich ook bezig met poolen, darten, boksen, spelletjes spelen en veel meer. In de ontmoet- en ontwikkellocatie is ook een sport- en muziekruimte waar ze gebruik van kunnen maken. Op maandag en donderdag kunnen de jongvolwassenen ook mee-eten.

Openingstijden & programma

Op de [website van Ten Kate](#) en hieronder vind je het actuele programma en de openingstijden.

RIBW Ten Kate

[Download/bekijk hier het programma voor de Jongvolwassenen in Nijmegen \(pdf-bestand\)](#)

September 2026

Tip: onderstaand overzicht is op een smartphone of tablet beter te bekijken **door het scherm horizontaal** te houden.

	Middag	Tijd	Avond	Tijd
M a a n d a g	Meet & Greet Je kan binnenlopen voor een gesprek, een spelletje of om er gewoon te zijn. Extra 31-08 Gesloten	13:30-16:00	Eat & Meet Een maaltijd en toetje voor 3 euro. Om 17:30 uur eten we. Geef je op voor 12:00 uur via facebook of bij Janne. Extra 07-09 Sjoeltoernooi om 18:30 uur met prijsje voor de winnaar 31-08 Gesloten	16:00-19:30
D i n s d a g	We zijn tijdelijk op de dinsdagmiddagen gesloten . Als je vragen hebt over andere activiteiten waar je terecht kan neem contact op met Janne.	Gesloten	Geen avondprogramma	

	Meet & Greet		Eat & Meet	
D o n d e r d a g	Je kan binnenlopen voor een gesprek, een spelletje of om er gewoon te zijn.		Een maaltijd en toetje voor 3 euro. Om 17:30 uur eten we. Geef je op voor 12:00 uur via facebook of bij Janne.	
	Extra 03-09 Gesloten		Extra	
	10-09 kaarten maken 17-09 muziekworkshop met Loes 24-09 Sofa Salon om 14:30 uur		03-09 Gesloten	
	Elke donderdag	13:30-16:00		16:00-19:30
	Zwemmen Bij zwembad West om 13:30 uur (zonder begeleiding)			

v r i j d a g	Meet & Greet			
	Je kan binnenlopen voor een gesprek, een spelletje of om er gewoon te zijn.			
	Extra 04-09 Consumerrun door de jongeren. Geen begeleiding		Geen avondprogramma	
	11-09 Gesloten 18-09 Consumerrun door de jongeren. Geen begeleiding	13:30-15:30		
	Elke vrijdag Life Goals Total body fit van 16:00-17:00 uur.			
Zondag			Inloop voor zowel jongvolwassenen als volwassenen	13:30-16:00

Het is niet verplicht om deel te nemen aan de activiteiten op dit programma. Je kan dus ook komen en meekijken, iets anders doen of even niks doen.

Voor meer informatie over activiteiten op het maandprogramma kan je contact opnemen met Janne Roelofs (06 31656887).

Kosten

Valt de zinvolle daginvulling binnen je beschikking/indicatie dan betaal je een eigen bijdrage. Dit is bij beschermd wonen inkomensafhankelijk. Neem je alleen zinvolle daginvulling af of samen met ambulante begeleiding vanuit de Wmo? Dan wordt hiervoor een abonnementstarief berekend door de gemeente. Deze betaal je aan het CAK (Centraal Administratie Kantoor).

Voor een aantal activiteiten dien je standaard een kleine bijdrage te betalen. Denk aan kosten voor een speciale lunch of georganiseerde barbecue. Wil je deelnemen aan de Eetclub? Dan

betaal je €3,50 voor de maaltijd. Voor de bingo geldt een gemiddelde eigen bijdrage van €2,50. Andere activiteiten die worden georganiseerd waarvoor een kleine eigen bijdrage nodig is, worden bekendgemaakt via een flyer.

Gegevens

RIBW Ten Kate
Heidebloemstraat 1
6533 SL Nijmegen

T: 088-3822446

T: 06 55 36 68 98

E: team.daadwerk@ribw-nr.nl



RIBW Nijmegen & Rivierenland

Kerkenbos 1103a

Nijmegen

088 - 382 24 22

www.ribw-nijmegenrivierenland.nl

info@ribw-nijmegenrivierenland.nl