

Samen tegen eenzaamheid Oegstgeest



Oegstgeest Ontmoet

doe
mee!



Programma
21 t/m 28 sept. 2024

Zaterdag 21 september

Ontmoetingsgebakje

**Winkelcentrum
Lange Voort**
10.00 - 12.00

De week start op Lange Voort waar de ondernemers van het winkelcentrum jou en iemand die jij meevraagt trakteren op een gratis kop koffie met gebak. Dit wordt geserveerd in een gezellige setting op het middenplein van het winkelcentrum. Ook de organisatoren van de week zijn aanwezig voor vragen en tips. Graag tot dan!

Meer info: [Ivonne Janka, i.janka@radiuswelzijn.nl](mailto:i.janka@radiuswelzijn.nl)

Conditietraining voor (jong)volwassenen

**Zwembad Poelmeer,
Lange Voort 273**
7.45 - 8.30

Speciaal voor (jong)volwassenen een leuke training om je conditie te verbeteren. Je kan vanaf elk niveau meedoen en aan je zwemtechnieken werken. Tijdens de training krijg je aanwijzingen over hoe je je zwemslag kunt verbeteren en word je uitgedaagd om je uithoudingsvermogen te verbeteren. Wees welkom om de leuke gezellige sfeer bij Vivax te proeven. Na afloop staat de koffie en thee klaar. **Meer info:** contact@zpvivax.com

Samen in beweging met Fietsmaatjes

**Bakker van
Maanen
Irislaan 67-69**
10.00 - 12.00

Fietsmaatjes wil mensen die nog graag fietsen, maar dit zelfstandig niet meer kunnen, fietstochten aanbieden. We maken gebruik van duofietsen, waarbij de gast naast de vrijwilliger zit. Gasten komen op een gezellige manier letterlijk in beweging en er ontstaan unieke contacten. Kom kennismaken onder het genot van koffie of thee en probeer een ritje als gast of vrijwilliger.

Meer info: [Titia Cohen, voorzitter@fietsmaatjesoegstgeest.nl](mailto:Titia.Cohen,voorzitter@fietsmaatjesoegstgeest.nl)

Feest bij de SOEK

**SOEK
Haarlemmer-
straatweg 8a**
13.00 - 15.00

Feest voor iedereen bij het 10-jarig jubileum van de SOEK op de nieuwe locatie! Om 12.00 uur opent de kringloop haar nieuwe locatie, vanaf 13.00 uur is er feest met de Jazzformatie big band Just Us, koffie, thee, limonade en taart. Ook is de prachtige natuur-tuin van Ad van Nieuwland opengesteld voor bezoek. Aansluitend om 15.00 uur wordt er een veiling gehouden.

Meer info: www.kringloopoegstgeest.nl



Open dag bij de Odensehuiskamer

**Trefpunt,
Boerhaaveplein
(ingang B en direct
deur naar links)**

14.00 - 16.00

Kom kennismaken met de Odensehuiskamer. Deze ontmoetingsplek voor mensen met (beginnende) geheugenproblematiek en hun mantelzorgers, opent twee keer per week zijn deuren. Er is altijd de mogelijkheid om een kopje koffie te drinken, maar ook om activiteiten te doen zoals beweegactiviteiten, creatief bezig zijn of een spel dat gericht is op de geheugenproblemen. Wilt u weten of deze huiskamer past bij u of uw partner, familielid of naaste? Kom langs en maak kennis met de begeleiders en ruimte. **Meer info: Riëlle van Duin, 06-10 36 58 33 en r.vanduin@radiuswelzijn.nl**

Maak kennis en wandel mee met het MEC

**IJclubgebouw,
Oegstgeesterweg
43**

17.45 - 20.00

Maak kennis met het Milieu Educatie Centrum (MEC) van Oegstgeest en kom langs in het ijsclubgebouw. Na een presentatie over de verschillende activiteiten, start er om 18.45 uur een wandeling van een ongeveer een uur rond Landgoed Oud Poelgeest. Om 20.00 uur sluit de avond af met een drankje in het clubgebouw.

Meer info: www.mecoegstgeest.nl

Maandag 23 september

Koffie en ontmoeting

**Trefpunt,
Boerhaaveplein
(ingang B)**

10.00 - 12.00

Koffie en lekkers op het terras en in de zaal van Trefpunt Boerhaaveplein. Van harte welkom voor een bakje en gezelligheid.

Meer info: Zita Steenbakkers, 06-51 55 70 77 of Leidy Peters, 06-14 41 79 43

Studiekamer Oegstgeest

**Dorpscentrum,
Lijtweg 9**
13.30 - 15.00

In de Studiekamer is er ruimte voor een goed gesprek onder leiding van een professionele gespreksleider, Janco Wijngaard (www.quazin.nl). Bent u de senior met HBO of academisch werk- en denkniveau en zou u het fijn vinden om dieper in te gaan op diverse onderwerpen die u ook persoonlijk raken? Mist u hierin een gesprekspartner? Dan is deze studiekamer voor u bedoeld.

Aanmelden is nodig: info@radiuswelzijn.nl of 071-707 42 00

Ontmoetingsgroep long covid

**Haeswijk, President
Kennedylaan 141**
14.00 - 15.00

Een plek om samen te komen zonder te veel prikkels, waar je rustig met elkaar in gesprek kan gaan en ervaringen kan delen. Prettig is dat men niet steeds hoeft uit te leggen wat de ziekteverschijnselen nu precies inhouden. Men heeft zagezegd aan een 'half woord genoeg'. Welkom om aan te sluiten. **Aanmelden bij Radius:**

071-707 42 00 of info@radiuswelzijn.nl

Dorpskracht: ontdek vrijwilligerswerk

**Haeswijk, President
Kennedylaan 141**
16.00 - 17.30

Ben jij geïnteresseerd wat je als vrijwilliger kan betekenen? Vrijwilligerswerk is een mooie manier om anderen te ontmoeten. Kom langs voor een kennismaking met vrijwilligersmakelaar Ivonne Janka en vind jouw passende match! **Meer info: www.dorpskracht.nl, vrijwilligersmakelaar@dorpskracht.nl, 06-321 49 647**

Gastentafel

**Huis Ampijoloe,
Rhijngeesterstraat-
weg 191**
Vanaf 17.45
Kosten: 10 euro

Het Huis Ampijoloe organiseert maandelijks een Gastentafel met als doel mensen met elkaar in contact te brengen. Van harte welkom bij onze tafel voor acht personen.

Aanmelden noodzakelijk: gastentafel@ampijoloe.com. Info: Robert Scheltens, 06- 51 35 46 56. www.Ampijoloe.com

Samen wandelen

**Start bij de
Wereldwinkel,
Lange Voort 2J**
20.00

Wandel met ons mee. Wandelen met elkaar is tenslotte gezelliger dan alleen wandelen.

Aanmelden: wandelclub_oegstgeest@ziggo.nl of 06-28 78 10 75

Haak maar aan!

**Buurthuis De
Kratong,
Curaçaostraat 18**
20.00 - 21.30

Haak aan in De Kratong. Neem je haak- of breiwerk, of ander handwerk mee. We zijn benieuwd naar je creativiteit! Tijdens deze avond is er ook iemand aanwezig om je te helpen.

Meer info: buurtverenigingbuitenlust@ziggo.nl

Dinsdag 24 september

Leven met de dood

**Dorpscentrum,
Lijtweg 9**
9.30 - 13.00

Wil je een moment stilstaan bij wie er ernstig ziek zijn in jouw omgeving of een dierbare die is overleden? Kom dan een kaarsje aansteken voor een ander of voor jezelf. Als je wilt, kun je hierover met één van onze vrijwilligers in gesprek. Koffie/thee en wat lekkers staan voor je klaar. **Meer info:** info@issoria.nl of steunbijverlies@humanitas-rijnland.nl

Open Dorpsplein met koffie en een broodje

**Dorpscentrum,
Lijtweg 9**
10.00 - 13.00

Kom gezellig langs op het Dorpsplein voor een kop koffie en een broodje voor een kleine prijs, vers gemaakt door leerlingen van de Leo Kannerschool. De gastheren en vrouwen van Jottem bedienen u graag!

Gezelligheidsochtend en pannenkoekenlunch

**Haeswijk, President
Kennedylaan 141**
10.00 - 13.30

Een gezellige ochtend om anderen te ontmoeten. Met een kopje koffie en een praatje is de ochtend goed besteed. Een spelletje, een gesprek, even lachen of serieus: het kan allemaal. Aansluitend zijn er lekkere pannenkoeken. **Meer info en aanmelden voor de lunch:** c.vissers@radiuswelzijn.nl of **071-707 42 00**

Sporten met elkaar

**FC Oegstgeest,
De Voscuyl 19**
10.00 - 11.00

Vitality Club Oegstgeest is een club voor en door 50-plussers. Het doel van onze club is 50-plussers gezond en fit oud te laten worden. Samen sporten helpt daarbij. Kom langs en doe mee! Na afloop drinken we een kop koffie met elkaar in de kantine van FC Oegstgeest. **Meer info:** vitality@langerzelfstandiglevenoegstgeest.nl of **06-53 99 26 67**

DansPark, dansen voor mensen met een bewegingsbeperking

Cultuurhuis de Paulus,
Warmonderweg 2
10.15 - 11.15

Wekelijkse dansles en ontmoetingsplek voor mensen met Parkinson, CVA, MS, ADCA of een andere bewegingsbeperking. Een ochtend vol dans, muziek en plezier onder leiding van daartoe speciaal opgeleide docenten van DansPark.

Meer info: info@danspark.org, 06-29 58 21 94

Mantelzorgcafé, thema: Helpen bij verlies en verdriet

Haeswijk, President Kennedylaan 141
14.00 - 16.00

Het is best lastig om met anderomans verdriet om te gaan en we kunnen ons daar onzeker over voelen. Mensen met verdriet worden vaak ontweken. We lopen er misschien het liefst met een boog omheen. Tijdens het mantelzorgcafé spreken we met elkaar over levend verlies, aan de hand van het boek: 'Helpen bij verlies en verdriet', van Manu Keirse. Zowel mantelzorgers als andere geïnteresseerden zijn welkom! **Meer info:** [Jasmijn Collin](mailto:Jasmijn.Collin),
aanmelden: mantelzorg@radiuswelzijn.nl

Potje zaalvoetballen voor 50+

Gymzaal Poelweijde, Lange Voort 261e
16.00 - 17.00

Na een goede warming-up gaan we samen een balletje trappen. Wil je vaker bewegen? Dan is dit je kans, kom lekker met ons, een gezellige groep mannen, meevoetballen! **Meer info:** [John Rodenburg](mailto:John.Rodenburg),
sieraadjohn@hotmail.com of 06-29 16 54 20

Inloopavond met pizza!

De Kratong, in de Emper, Curaçaostraat 18
18.00 - 21.30

Elke dinsdag zijn jongeren welkom bij de Kratong. Dan is er een inloop waar jongeren kunnen gamen, darten, chillen etc. Deze week is er wat extra's: samen pizza eten. Je moet je hiervoor wel van tevoren aanmelden. We maken er een gezellige avond van. **Aanmelden:** simone.stap@gro-up.nl of via whatsapp: 06-19 78 91 78

Woensdag 25 september

Low Impact Aerobics

Gymzaal Poelgeest, Jac P. Thijssenlaan 69
8.30 - 9.30

Voor dames vanaf veertig jaar is er woensdagochtend een Low Impact Aerobics les. Deze les is om te sporten in een ontspannen setting. Aerobics en Steps wisselen elkaar hierbij af en er wordt ook met diverse attributen gewerkt. Er is aandacht voor elkaar, zowel op sportief als recreatief gebied. **Meer info:** [Julia van der Geest](mailto:Julia.van.der.Geest), info@ogav.nl

Tafeltennis

De Voscuyl 42
9.30 - 12.00

Iedere woensdagochtend is er bij Pecos tafeltennis voor 60-plussers. Een enorm gezellige, groeiende groep fitte senioren die de ochtend tafeltennist. Kom deze week eens kennismaken!

Meer info: Ronald Rijdsdorp, 06-54 69 74 78

Walking hockey

LOHC,
Hofbrouckerlaan
51a
10.00 - 11.00

Voor de heren in Oegstgeest: kan je niet meer hard rennen maar geniet je wel van hockey? Doe met ons mee. Gezelligheid staat voorop! **Meer info en aanmelden:**

Iwan Doyer, 06-26 06 44 45, verenigingsmanager@lohc.nl

Koffieochtend De Zonnebloem

Pastorie H.
Willibrord,
Rhijngesterstraat-
weg 45 (ingang
achterzijde)
10.00 - 12.00

Koffieochtend van De Zonnebloem Oegstgeest. Heel wat gasten weten ons te vinden. Komt u ook kennismaken? Naast koffiedrinken is er ook ruimte voor een spelletje zoals Rummikub, kaarten of creatief handwerk.

Meer info: Yolande de Bruyn, 06-18 45 60 50

Aqua'Vitaal

Zwembad
Poelmeer, Lange
Voort 273
10.15 - 11.00

Meer bewegen voor vitaler leven! Onder begeleiding beweeg je op een effectieve en veilige manier in het ondiepe water om fit, gezond en mobiel te blijven. Naast het sportieve karakter, is het vooral ook een leuke en gezellige groepsles. In deze week is er een gratis kennismakingsles. **Meer info: koendickhoff@optisport.nl of 071-515 47 37**



Lunchbuffet

**Restaurant van
Wijckerslooth,
Van Wijckerslooth-
plein 1**

11.30 - 13.30

Kosten: 5 euro

Inwoners van Oegstgeest zijn van harte welkom bij een lekkere langs-loop-lunch. Er zijn broodjes, verschillende soorten beleg, soepen, snackjes en diverse drankjes. Aanmelden is niet nodig, schuif aan en geniet van een heerlijke lunch.

Meer info: rens.verheij@marente.nl

Huiskamer Lumen

**Dorpscentrum,
Lijtweg 9**

13.00 - 16.00

Wil je nieuwe mensen ontmoeten? Dat kan bij het Inloophuis van Lumen: kom gezellig langs voor een drankje en een praatje. Het wordt een middag met een proeverij van muziek, lekkere hapjes en een levende fruitautomaat. Het Inloophuis is elke maandag-, woensdag- en vrijdagmiddag in het Dorpscentrum.

Meer info: ariettevanchespen@lumen-hollandrijnland.nl
of 06-14 32 64 85

Ontmoetingsgroep voor volwassenen met autisme

**Dorpscentrum,
Lijtweg 9**

17.00 - 18.30

In januari start er een ontmoetingsgroep voor volwassenen met autisme vanaf dertig jaar. In tien bijeenkomsten bespreken we met elkaar hoe je je weg kunt vinden in deze, soms autisme-onvriendelijke maatschappij. Aan de hand van verschillende thema's bespreken we wat hierbij helpt. Bij deze introductiebijeenkomst vertelt Johan Nouws (gespreksleider) over wat je kunt verwachten.

Info en aanmelden: Sociaal Team, Johan Nouws, 06-54 75 58 21,
j.nouws@meezhn.nl

Samen eten met 'Iedereen is Bijzonder'

Groenhoevelaan 13
18.00

Bij www.iedereenisbijzonder.nu wordt elke twee of drie weken gekookt door en voor mensen die gewoonlijk thuis alleen aan tafel zitten. Bent u ook vaak alleen en heeft u zin in gezelligheid?

Dan bent u van harte welkom deze woensdag bij 'Iedereen is Bijzonder'. **Info en aanmelden:** Wessel Eijkman,
wessel.eijkman@mangoconsult.nl of 06-42 24 54 70

Donderdag 26 september

Stoelgym en koffie

**Trefpunt,
Boerhaaveplein
(ingang B en direct
deur naar links)**
10.00 - 12.00

Van harte welkom voor beweging en een kopje koffie. Tussen 10.15 en 11.00 doen we onder begeleiding van de beweegcoach stoelgym en aansluitend drinken we koffie met wat lekkers. **Meer info: Zita Steenbakkers, 06-51 55 70 77 of Leidy Peters, 06-14 41 79 43**

Open Dorpsplein met koffie en een broodje

**Dorpscentrum,
Lijtweg 9**
10.00 - 13.00

Kom gezellig langs op het Dorpsplein voor een kop koffie en een broodje voor een kleine prijs, vers gemaakt door leerlingen van de Leo Kannerschool. De gastheren en vrouwen van Jottem bedienen u graag!



Handwerkcafé

**5e etage,
recreatiezaal
Heemwijck, boven
Narcissenlaan
2-138**
10.00 - 12.00

Houd jij van breien, naaien, haken of een ander handwerk? Vind je het gezellig dat samen met andere vrouwen te doen? Deze week vieren we het eerste jubileum van Handwerkcafé! Een ontmoetingsplek voor en door vrouwen. Alle leeftijden, culturen en achtergronden zijn welkom, ook als je weinig Nederlands kunt spreken. Neem je eigen (hand)werkje mee én jezelf, een naaimachine is eventueel aanwezig. **Meer info: jverburg@vluchtelingenwerk.nl**

Sporten met elkaar

**FC Oegstgeest,
De Voscuyl 19**
10.00 - 11.00

Vitality Club Oegstgeest is een club voor en door 50-plussers. Het doel van onze club is 50-plussers gezond en fit oud te laten worden. Samen sporten helpt daarbij. Kom langs en doe mee! **Meer info:** vitality@langerzelfstandiglevenoegstgeest.nl of **06-53 99 26 67**

Brunchen in de Bieb

**Bibliotheek, Lange
Voort 2T**
11.00 - 12.15

Eet je meestal alleen? Vind je het gezellig om nieuwe mensen te ontmoeten? Dan ben je van harte welkom om aan te schuiven bij deze unieke brunch in de bibliotheek. Helemaal fantastisch als je iemand anders uitnodigt om mee te komen natuurlijk. Brunch kosteloos mee tussen de boeken en ontmoet nieuwe mensen; kom erbij! **Aanmelden via:** www.bibliotheekbollenstreek.nl/agenda, **meer info:** oegstgeest@bibliotheekbollenstreek.nl

Dansmix: beweeg en dans!

**Haeswijk,
President
Kennedylaan 141**
11.15 - 12.15

Een combinatie van aerobic, salsa, modern, techniek en disco. Alle dansstijlen in een les! Op een frisse en leuke manier is er aandacht voor de eigen conditie, bewegelijkheid en balans. Iedereen kan meedoen op een eigen niveau. Plezier, sociaal contact en lekker in beweging zijn, is hierbij het belangrijkste. **Meer info:** [Lisa Schutijser](mailto:Lisa.Schutijser@radiuswelzijn.nl), L.schutijser@radiuswelzijn.nl of **06-58 01 47 70**

Stoelgymnastiek

**Recreatiezaal
Trompenburg,
M.H. Tromplaan**
11.30 - 12.15

Blijven bewegen is voor iedereen heel belangrijk, ongeacht eventuele (tijdelijke) beperkingen. Met stoelgymnastiek is het voor iedereen mogelijk om te bewegen. Afwisselende oefeningen op een stoel zorgen dat uw hele lichaam getraind wordt. Bovenal hebben we met elkaar plezier in het bewegen. Kom deze week kennismaken! **Meer info:** [Hanneke Wickel](mailto:Hanneke.Wickel@radiuswelzijn.nl), h.wickel@radiuswelzijn.nl of **06-32 14 58 41**



Kick-off beweegactiviteiten

**Haeswijk,
President**

Kennedylaan 141
13.30 - 15.30

Voorlichtingsmiddag over de verschillende beweeg- en dansactiviteiten van Radius zoals valpreventie, hiphop dansles en stoelyoga. **Meer info: info: c.vissers@radiuswelzijn.nl of 071-707 42 00**

Een culturele verrassingsvoorstelling

**Theaterhuis
Amalia, Wijtten-
bachweg 43**

20.00 (inloop vanaf
19.30)

Het Platform Kunst, Cultuur & Erfgoed Oegstgeest organiseert i.s.m. Theaterhuis Amalia een culturele verrassingsvoorstelling. We kunnen maximaal dertig personen verwelkomen dus geef u snel op! **Aanmelden: website@kceogstgeest.nl**

Dames High Impact Aerobics

**Gymzaal Jan
Wolkerslaan, Jan
Wolkerslaan 20
(Haaswijk)**

20.15 - 21.15

Voor dames vanaf zestien jaar is er High Impact Aerobics. Binnen deze les worden oefeningen uit Aerobics en de Steps afgewisseld. De les wordt gegeven op een swingend muziekje onder leiding van een enthousiaste trainster. Naast samen sporten staat dit uur ook bekend om zijn onderlinge gezelligheid.

Meer info: Julia van der Geest, info@ogav.nl

Vrijdag 27 september

Aqua'Tacoyo

**Zwembad
Poelmeer,
Lange Voort 273**
10.00 - 10.45

Move your body, relax your mind. Intensieve oefeningen worden afgewisseld met ontspanningsoefeningen. Verbeter je conditie, maar leer daarnaast ook te ontspannen en relaxed te blijven. De les wordt afgesloten met een ontspanningsmoment waarbij scrubzout klaarstaat voor onder de douche. Kom gratis kennismaken!

Meer info: koendickhoff@optisport.nl of 071-515 47 37

Samen wandelen

**Start bij Jottem,
Louise de
Coligny laan 29**
10.00

Wandel met ons mee. Wandelen met elkaar is tenslotte gezelliger dan alleen wandelen. We sluiten af bij Jottem voor koffie en taart!

Aanmelden: wandelclub_oegstgeest@ziggo.nl

Samen in beweging met Fietsmaatjes

La Focaccia Grande, Terweeweg 5c
10.00 - 12.00

Fietsmaatjes wil mensen die nog graag fietsen, maar dit zelfstandig niet meer kunnen, fietstochten aanbieden. We maken gebruik van duofietsen, waarbij de gast naast de vrijwilliger zit. Gasten komen op een gezellige manier letterlijk in beweging en er ontstaan unieke contacten tussen gasten en vrijwilligers. Kom kennismaken onder het genot van koffie of thee en probeer een ritje als gast of vrijwilliger.

Meer info: [Titia Cohen, voorzitter@fietsmaatjesoegstgeest.nl](mailto:Titia.Cohen@fietsmaatjesoegstgeest.nl)

Singles Café 60+

Locatie wordt na aanmelding bekend gemaakt
14.00 - 16.00, inloop vanaf 13.45

Deze vrijdag zal het derde Singles Café voor 60-plussers plaatsvinden in de regio Oegstgeest. Radius organiseert samen met Stichting Maatschappelijke Ondersteuning Wassenaar deze bijeenkomst voor inwoners die graag op een laagdrempelige manier in contact komen met leeftijdsgenoten. Dat kan voor een nieuwe liefde zijn, maar ook voor een goede vriendschap. **Aanmelden:** info@radiuswelzijn.nl of **071-707 42 00**

Dorpskantoor

Dorpscentrum, Lijtweg 9
14.30 - 17.00

Wil je graag meer weten over ontmoetingsactiviteiten en wat de 'sociale kaart' van Oegstgeest jou te bieden heeft? Kom langs bij 'de VVV voor welzijn': het Dorpskantoor iedere vrijdagmiddag in het Dorpscentrum. **Meer info:** sociaalmakelaar@oegstgeest.nl of **06-83 07 98 84**

Radius Filmmiddag

Dorpscentrum, Lijtweg 9
14.30, inloop vanaf 14.00

Deze middag een film met het thema Alzheimer. Schuif gezellig aan in de kleine zaal en beleef met elkaar de film.

Meer info: info@radiuswelzijn.nl of **071-707 42 00**

Oekraïense workshop

Svitanok Centrum Rehobothkerk, Lijtweg 1
15.30 - 17.00
Eigen bijdrage 3 euro

Maak kennis met de Oekraïense cultuur. Geniet van een 'Varenyki culinaire workshop' met een Oekraïense master-chef en een creatieve activiteit met Oekraïense kunstenaar. Iedere laatste vrijdagmiddag van de maand is er gelegenheid om creatief bezig te zijn vanuit Oekraïense tradities en elkaar te ontmoeten. **Meer info en aanmelden:** [Nadiia Matskevych, svitanok.centrum@gmail.com](mailto:Nadiia.Matskevych,svitanok.centrum@gmail.com)

Zaterdag 28 september

Burendag

Goede burenen doen ertoe! Vandaag is het Burendag. Doet jouw buurt/straat ook mee? Check het op www.burendag.nl. Een mooie manier om elkaar te ontmoeten in de eigen straat en buurt. Prettig contact met je burenen is belangrijk voor een fijne leefomgeving. Misschien kan jij daar ook iets in betekenen. Je kan tussen 10 en 12 uur bij de Volkstuinvereniging aan de Van Cuijklaan, een tasje bloembollen halen om de buurt op te fleuren. **Meer info:** www.oegstgeest.nl/liefenleed en www.burendag.nl



Sociaal Tuinieren

**Locatie wordt na
aanmelding
bekendgemaakt**
10.00 - 16.00

Doe mee met Sociaal Tuinieren op Burendag van Stichting Present en HiPHelpt en creëer samen met andere vrijwilligers een fijne tuin voor een dorpsgenoot die dat zelf niet (meer) kan. Help jij tussen 10.00 en 16.00 uur een dag(deel) mee?

Aanmelden kan via: www.presentleiden.nl. **Meer info:** Doortje van Helden, info@presentleiden.nl of 06-24 57 10 36

Conditietraining voor (jong)volwassenen

**Zwembad
Poelmeer, Lange
Voort 273**
7.45 - 8.30

Speciaal voor de (jong)volwassenen een leuke training om je conditie te verbeteren. Je kan vanaf elk niveau meedoen en aan je zwemtechnieken werken. Tijdens de training krijg je aanwijzingen over hoe je je zwemslag kunt verbeteren en word je uitgedaagd om je uithoudingsvermogen te verbeteren. Wees welkom om de leuke gezellige sfeer bij Vivax te proeven. Na afloop staat de koffie en thee klaar. **Meer info:** contact@zpvivax.com

Buurtvereniging Haaswijk en de Morsebel

Boerhaaveplein
10.00 - 13.00

Maak kennis met je buurtgenoten en Buurtvereniging Haaswijk en de Morsebel. Op het Boerhaaveplein is er koffie met wat lekkers en voor de kinderen is er wat leuks te doen, zoals tattoos zetten.

Meer info: www.bvbm.nl, secretaris@bvbm.nl

Speel een potje biljart

**Biljartcentrum
Oegstgeest,
De Voscuyl 36**
10.00 - 16.00

Een potje biljarten in een gezellige sfeer waar je ook andere biljarters ontmoet? Het Biljart Centrum Oegstgeest heeft vele mogelijkheden. Vandaag kunt u kennismaken met alle spelende verenigingen die hier actief zijn.

Meer info: [Bob van Ingen Schenau, 06-42 50 73 19](mailto:Bob.van.Ingen.Schenau@06-42-50-73-19)

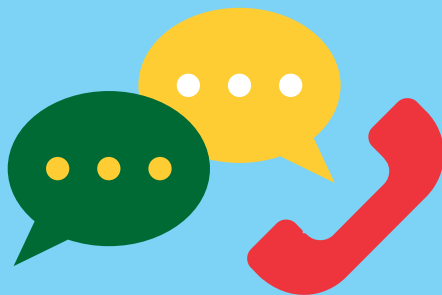
Dorpslunch: tien jaar Dorpscentrum

**Dorpscentrum,
Lijtweg 9**
12.00 - 16.00

Vandaag viert het Dorpscentrum haar tienjarig bestaan. Tijdens de open dag zullen er lekkere broodjes en hapjes zijn. Neem een broodje en wat te drinken en loop langs bij de diverse organisaties die gehuisvest zijn in het centrum. Of ga aan een van de tafels zitten en geniet samen van de open dag. De lunch wordt verzorgd door het Dorpscentrum in samenwerking met de Leo Kannerschool.

Meer info: fiekjesjoukes@dorpscentrumoegstgeest.nl
of 071-887 66 56





Heb je vragen over het programma of wil je graag meedoen en heb je begeleiding of vervoer nodig?

Bel Ivonne Janka (**06 - 321 496 47**) of
Sietske Steenbergen (**06 - 830 798 84**).

Voor het reserveren van de Dorpsbus graag bellen
van 9.00 tot 11.00 uur op **071-707 42 90**.

Let op! Bij diverse activiteiten is tijdig
aanmelden noodzakelijk.

*Dit programma wordt aangeboden door het Netwerk
Samen tegen Eenzaamheid Oegstgeest.*

