



**nieuwsbrief september 2022**

### **Activiteiten Welzijn Bloemendaal**

Voor het seizoen 2022/2023 hebben wij een nieuwe mooie programmagids gemaakt. Hierin staan alle activiteiten voor het nieuwe seizoen, de gids kunt u ophalen op één van onze locaties. Daarnaast staan alle activiteiten ook op onze website en kunt u zich daar voor de activiteit(en) aanmelden.

In deze nieuwsbrief vindt u de activiteiten die in september starten.

### **Jaarmarkt Bloemendaal**

We hopen u te zien op de jaarmarkt in Bloemendaal-dorp op zondag 11 september 2022. U bent welkom bij onze kraam op de Bloemendaalseweg van 12.00 - 18.00 uur.

### **Dag van de Ouderen**

Vrijdag 7 oktober 2022 staat in het teken van de Nationale Dag van de Ouderen. Een dag waarop Welzijn Bloemendaal zoals ieder jaar alle oudere Bloemendalers een leuke middag aanbiedt, in samenwerking met de ouderenorganisaties. U bent van harte welkom op deze gezellige, feestelijke en gratis bijeenkomst in het Dorpshuis Vogelenzang. Hoogtepunt van het programma: het zangduo Linda en René Bes. Een seniorenprogramma met liedjes uit de oude doos. Als u wilt komen graag aanmelden via [info@welzijnbloemendaal.nl](mailto:info@welzijnbloemendaal.nl) of 023-5250366.



**WANNEER:** vrijdag 7 oktober van 14.00 - 16.30 uur. Inloop vanaf 13.30 uur.

**KOSTEN:** gratis

**LOCATIE:** Dorpshuis Vogelenzang

# BEWEGING

## Stoelyoga

De yogaoefeningen worden zittend op een stoel en staand achter de stoel uitgevoerd. Er wordt gewerkt aan souplesse en spierkracht en er is ruimte om lichaam en geest weer in balans te brengen. De les wordt in een rustig tempo gegeven en er is aandacht om tijd voor jezelf te ervaren. Al zijn de bewegingen nog zo klein, door met plezier te bewegen gaat het soepeler en meer als vanzelf!



WANNEER: elke maandag van 12.00 - 13.00 uur

KOSTEN: € 300,- voor 40 lessen, wordt in 2 termijnen afgeschreven

LOCATIE: Huize Aelbertsberg, donkerelaan 197 in Bloemendaal

## Cognitieve fitness

Cognitieve fitness is een unieke trainingmethode die speciaal is afgestemd op het positief beïnvloeden van het geheugen, het concentratievermogen, de coördinatie en de zintuiglijke vaardigheden. Tijdens de training worden fitnessoefeningen gecombineerd met cognitieve elementen die de hersenen bewust activeren. Cognitieve fitness is effectief voor ouderen, mensen met psychische en/of cognitieve problemen en natuurlijk voor iedereen die zijn/haar hersenen gezond wil houden. De werkingsmechanismen van cognitieve fitness zijn gebaseerd op 3 elementen: fysieke inspanning, intellectuele uitdaging en bewuste ontspanningsoefeningen.



WANNEER: elke zaterdag van 09.15 - 10.30 uur

KOSTEN: € 120,-

LOCATIE: GGZ InGeest

## Tai Chi

Tai Chi is een Chinese bewegingsleer die zorgt voor ontspanning en nieuwe energie. Tai Chi beoefenen bevordert zowel het lichamelijk als geestelijk welzijn. Er wordt in groepsverband les gegeven in de traditionele Yang stijl. Deze stijl kent een zachte en ontspannen manier van bewegen waarbij de geest het lichaam stuurt. We gaan deel 1 van de 37 van Chen Man Ch`ing beoefenen.



## Beginners

WANNEER: elke dinsdag van 13.15 - 14.30 uur

START: 4 oktober

KOSTEN: € 70,-

LOCATIE: Locatie Zuid, Kerklaan 6, Bennebroek

## Gevorderden

WANNEER: elke dinsdag van 14.30 - 15.45 uur

START: 4 oktober

KOSTEN: € 70,-

LOCATIE: Locatie Zuid, Kerklaan 6, Bennebroek

## Duofietsen

Niets is fijner om in de buitenlucht te genieten van de natuur en de prachtige omgeving. Op een veilige en gezellige manier kunt u samen met een bekende naast elkaar op de elektrische duofiets een tochtje maken. Er staat één fiets in Bennebroek en één in Bloemendaal.

De duofiets mag op alle fietspaden rijden en is elektrisch ondersteund. Ook de bijrijder kan mee trappen maar dat hoeft niet. Wij hebben ook vrijwilligers die samen met u willen fietsen. Er zit een spatscherm tussen de passagiers dus de duofiets is geheel coronaproof! Als u lid bent van WonenPlus krijgt u de helft korting! Lid worden en profiteren van nog meer voordelen? Voor meer informatie of reserveren kunt u bellen naar 023-5250366.



Dagdeel	Tijd	Wonen+ prijs	Standaard prijs
Ochtend	09.00-12.00 uur	€ 3,-	€ 5,-
Middag	13.00-16.00 uur	€ 3,-	€ 5,-
Weekend	Vrij 16.00 uur t/m ma 09.00 uur	€ 10,-	€ 15,-

## Doorlopende bewegingsactiviteiten:

Gymnastiek voor ouderen

Activiteiten Fit-inn

Yoga

Gymnastiek 70-plus

Conditietraining

Hatha yoga

Stoelyoga

Wandelen in de Waterleidingduinen

Biljarten

Koersbal

Tennis

Wandelcirkels



# CREATIEF

## Botanisch tekenen en schilderen

Houdt u van tekenen en bent u een liefhebber van bloemen en planten en hebt u deze altijd al eens willen vastleggen op papier of doek? In deze cursus leert u een combinatie van tekenen en het stapsgewijs weergeven van een bloem of plant met haar specifieke kenmerken. We beginnen met een tekening waarna we vervolgens zo natuurgetrouw mogelijk de plant en haar bloeiwijze schilderen. Er wordt gewerkt met levend materiaal en de techniek om zo realistisch mogelijk te werken staat in deze cursus centraal.



WANNEER: woensdag van 14.00 - 16.00 uur

START: 14 september 2022

KOSTEN: € 135,- (12 lessen)

LOCATIE: Noord, Bloemendaalseweg 125, Bloemendaal

## Tekenen en aquarelleren

Het leren zien is een belangrijk thema tijdens deze cursus. U zult ontdekken dat u veel plezier kunt beleven aan het schilderen en tekenen en u daarin verder kunt ontwikkelen. We gaan in op de kleurenleer, het perspectief en de schaduwwerking. Tevens verdiepen we ons in diverse kunststromingen, zoals het impressionisme en de Japanse techniek sumi-e. Zowel als beginner of gevorderde kunt u meedoen aan deze cursus. Wij bieden deze cursus dit seizoen 2 keer aan op verschillende locaties. Een lijstje van zelf aan te schaffen materialen ontvangt u na inschrijving.



WANNEER: dinsdag van 14.00 - 16.00 uur

START: 13 september 2022

KOSTEN: € 135,- (12 lessen)

LOCATIE: Huize Aelbertsberg, Donkerelaan 197, Bloemendaal

## Naailessen voor iedereen

Deze cursus is geschikt voor beginners maar ook voor degenen die al met de naaimachine kunnen omgaan. Gevorderden willen wellicht hun weggezakte kennis ophalen of kunnen wat hulp gebruiken bij de fijne kneepjes van het vak. Het restylen van kleding behoort tevens tot de mogelijkheden. Elke cursist werkt op eigen niveau en



snelheid aan een eigen project. Zelf meenemen: stoffen, naaigerei en uw eigen naaimachine. Dit seizoen start er zowel op de dinsdag- als op de donderdagavond een cursus. Voor de donderdagavond wordt er na 13 lessen geëvalueerd of er vanaf januari 2023 wordt doorgegaan. Vooral op de donderdagavond zijn er nog plekken beschikbaar!

#### **Dinsdag**

WANNEER: dinsdag van 19:30-22:00 uur  
START: 13 september 2022  
KOSTEN: € 399,- (26 lessen) betaling in 2 termijnen

#### **Donderdag**

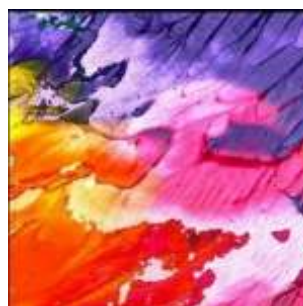
WANNEER: donderdag van 19:30-22:00 uur  
START: 15 september 2022  
KOSTEN: € 199,- (13 lessen)

LOCATIE: Noord, Bloemendaalseweg 125, Bloemendaal

### **Workshop schilderen**

In samenwerking met het Dorpshuis Vogelenzang, Opeppers Vogelhart Kennemerhart en Welzijn Bloemendaal worden er workshops 'schilderen onder begeleiding' georganiseerd. De docent is kunstenares Erica Huber.

WANNEER: elke maandag van 13.00-14.45 uur  
KOSTEN: € 125,-  
LOCATIE: Dorpshuis Vogelenzang



### **Doorlopende creatieve activiteiten:**

Breien en haken Bloemendaal  
Breien en haken Bennebroek (start in oktober)  
Handwerkcafé in de Voghelsanck  
Uitleen legpuzzels in Bloemendaal en Bennebroek



# Cultuur en uitgaan

Van het schoolplein van de oude Franciscusschool in Bennebroek hebben verschillende organisaties en buurtbewoners een prachtige buurttuin en ontmoetingsplaats gemaakt! Er worden educatieve lessen gegeven, maar ook veel recreatief getuind. De tuin is iedere werkdag open tussen 09.00 en 17.30 uur. U bent van harte welkom om te genieten of als vrijwilliger te komen helpen in de tuin! Komt u graag naar één van de activiteiten in de tuin? Meld u van tevoren even aan, zodat we u kunnen berichten als het niet door kan gaan vanwege het weer.

BUURTTUIN  
BENNEBROEK

1 september 19.00-20.15 uur: tuinwerkavond  
13 september 19.00-20.15 uur: tuinwerkavond  
23 september 11.00-13.00 uur: verkoop groenten & stekken  
24 september 10.00-14.00 uur: burendag  
29 september 19.00-20.15 uur: tuinwerkavond

KOSTEN: gratis  
LOCATIE: Buurttuin Bennebroek, Kerklaan 6

## Bustochtje van nieuwe naar oude sluis

Op 14 september 2022 gaan we weer met onze bus een tochtje maken. Dit keer rondje IJmuiden en Spaarndam! U wordt thuis opgehaald. In de bus krijgt u een consumptie met wat lekkers. Na afloop wordt u weer thuis afgezet. Aanmelden kan tot 7 september via 023-5250366 of [info@welzijnbloemendaal.nl](mailto:info@welzijnbloemendaal.nl).



WANNEER: woensdag 14 september 10.00 - 12.00 uur  
KOSTEN: € 12,50

## Koffie-ochtend Bennebroek

Gezellig met uw dorpsgenoten bijpraten onder het genot van een heerlijk kopje koffie? De koffie staat twee keer per maand voor u klaar. Bij mooi weer zitten we buiten in onze buurttuin.



WANNEER: donderdag 1 en 15 september 2022  
van 10.00 - 11.00 uur  
KOSTEN: € 1,20  
LOCATIE: Zuid, Kerklaan 6, Bennebroek

### Wereldse maaltijd

Op vrijdagavonden is het samen met andere gasten echt genieten van een heerlijk driegangen menu. Nieuwe Nederlanders koken samen met vrijwilligers gerechten uit landen zoals Syrië, Thailand, India, Pakistan of Oezbekistan. U bent welkom op onze activiteit in Bloemendaal en in Vogelenzang. Vanwege het succes van dit diner is aanmelden per persoon verplicht.



### Bloemendaal

WANNEER: vrijdag 2 september 17.00 - 20.00 uur

KOSTEN: € 10,-

LOCATIE: Dennenheuvel, Dennenweg 6, Bloemendaal

### Vogelenzang

WANNEER: vrijdag 30 september 18.00 - 20.00 uur

KOSTEN: € 12,50 incl. 1 consumptie

LOCATIE: Dorpshuis Vogelenzang, Henk Lensenlaan 2A



### Doorlopende cultuur en uitgaan activiteiten

Open eettafels in Aerdenhout, Bennebroek, Bloemendaal en Vogelenzang

Restaurantdag Vogelenzang

Film in Vogelenzang (start in oktober)

Spelletjesmiddag

Odensehuis Overveen

Lunch en film Bloemendaal (start oktober)

Buurttuinlunch & film in Bennebroek (start oktober)

## LEZINGEN

### Sociëteit Aerdenhout

Om de week wordt een interessant lezing georganiseerd.

**6 september: geschiedenis van de Nieuwe Kring door Dr. Maurits van Tol**

**20 september: 'gekken in de kerk' door Myriam van den Engel & Ben van der Sluis**



TIJD: 10.30 inloop met koffie - 11-12 uur presentatie -12-13 uur hapje en drankje

KOSTEN: € 7,50

LOCATIE: Oscar Mendliklaan 3, Aerdenhout

Aanmelden is gewenst. Dit kan per telefoon of per email uiterlijk op maandag tot 12.00 uur.

### Lezing: buitenplaats de hartekamp en Carolus Linnaeus

Een belangrijke buitenplaats in Zuid-Kennemerland is de Hartekamp dat op de grens van Heemstede met Bennebroek ligt. Veel Bennebroekers zijn ooit in dienst geweest van de eigenaren van deze buitenplaats. De Hartekamp is wereldberoemd geworden door het tweejarig verblijf van de botanicus Carolus Linnaeus in de tijd dat de buitenplaats eigendom was van de steenrijke bankier George Clifford.



WANNEER: donderdag 8 september 10.00-12.00 uur

KOSTEN: € 6,- incl. consumptie

LOCATIE: Zuid, Kerklaan 6, Bennebroek

### Lezing de Beatles

In de radio top-2000 van vorig jaar stonden zij nog altijd genoteerd met 34 nummers. Vier jonge knullen die met hun onweerstaanbare muziek de cultuur van de sixties mede hebben bepaald. Ook vijftig jaar nadat zij uit elkaar gingen duurt hun roem voort.

Hoe kan dat toch? In Hillegom staat het opgerichte Beatles Treslong monument dat herinnert aan het vergeten Beatles optreden in Treslong op 5 juni 1964. Hillegom stond op zijn kop!



WANNEER: donderdag 15 september 10.00-12.00 uur

KOSTEN: € 6,- incl. consumptie

LOCATIE: Noord, Bloemendaalseweg 125, Bloemendaal

### Lezing een geschiedenis van Oekraïne

Marc Jansen was als historicus lange tijd verbonden aan de Universiteit van Amsterdam. Hij woonde enkele jaren in Moskou en doorkruiste de voormalige Sovjetunie. Met rijk geïllustreerd beeldmateriaal vertelt hij over de langzame ontstaansgeschiedenis van Oekraïne, de rol van de Tataren en de Kozakken en de geboorte van de Oekraïense natie. Verder gaat hij in op de meest recente ontwikkelingen. Het sinds 1991 onafhankelijke Oekraïne heet letterlijk vertaald 'Grenslaan'. In 2014 verscheen de eerste editie van zijn boek 'Grenslaan.'



WANNEER: donderdag 29 september 10.00-12.00 uur

KOSTEN: € 6,- incl. consumptie

LOCATIE: Noord, Bloemendaalseweg 125, Bloemendaal



# EDUCATIEF

## Seniorenweb

In samenwerking met Seniorweb Haarlem is er elke 1e maandag van de maand een open inloop voor al uw vragen over digitale zaken. Dus hebt u vragen over computer, tablet en/of mobiele telefoon schroom niet en kom langs! Er staan vrijwilligers voor u klaar om u te helpen. Dit zijn allemaal senioren met veel digitale ervaring. Zij hebben geduld en vinden het geen probleem om iets vaker uit te leggen. Iedere bijeenkomst wordt er gestart met een presentatie van 30 minuten en daarna worden mensen 1-op-1 geholpen. Op 5 september is het onderwerp van de presentatie: orde op uw digitale apparaten.



WANNEER: 5 september van 10.00-12.00 uur

KOSTEN: gratis

LOCATIE: Kerklaan 6, Bennebroek

## Bridge opfriscursus

Speelt u al langer bridge, maar hebt u behoefte om uw bridgekennis op te frissen? Of hebt u het bridgen van vrienden geleerd en vindt u het leuk om tips en trucs te leren van een professional? Dan is nu het moment om u aan te melden voor deze opfriscursus. De inhoud staat niet vast, maar wordt in overleg met de deelnemers bepaald. Het hangt immers af van het niveau van de deelnemers en welke vragen er leven. Na deze korte opfriscursus van 6 lessen kan in overleg met de deelnemers de cursus verlengd worden.



START: 22 september van 13.30-16.00 uur

KOSTEN: € 60,- voor 6 lessen

LOCATIE: Huize Aelbertsberg, Donkerelaan 197, Bloemendaal

# ALGEMEEN

## Expositie Hartekamp Groep

In de maanden september en oktober 2022 exposeren cliënten van dagbesteding Vossenlaan 1 in Heemstede van de Hartekamp Groep in de gangen van het CSB gebouw te Bennebroek hun kunstwerken. Het werk is vaak kleurrijk en fantasievol en de cliënten ervaren vooral veel plezier bij het maken van hun kunst. U bent van harte welkom om een kijkje te komen nemen op werkdagen tussen 9.00-12.00 uur en tijdens de openingstijden van de Bibliotheek. Locatie: Kerklaan 6, Bennebroek

elke dag  
zo goed  
mogelijk



# JONGEREN

## Jongerenlocaties

In Bennebroek en Vogelenzang zijn er overdekte plekken waar jij en je vriend(inn)-en een leuke tijd kunnen hebben. Waar je workshops op creatief, sportief en technisch gebied kunt volgen. Van het bakken van worstenbroodjes, bouwen van technische installaties tot sport- en spelactiviteiten of gewoon muziek kunt luisteren en chillen. Overdag voor basisscholieren, 's avonds voor middelbare scholieren.



## Jongerenruimte The Spot

dinsdag en vrijdag van 15.00-17.30 uur (groep 6, 7 en 8)

## Jeugdthonk Vogelenzang

dinsdag 19.00-21.30 uur (16+ jaar)  
woensdag 14.00-16.30 uur (groep 5 t/m 8)  
vrijdag 15.00-17.00 uur (groep 5 t/m 8)  
vrijdag 19.00-22.00 uur (12-15 jaar)