

Activiteiten Welzijn Bloemendaal februari 2022

Onze locaties Bennebroek en Bloemendaal zijn iedere werkdag bereikbaar tussen 09.00-12.00 uur op 023-5250366 of u kunt mailen naar info@welzijnbloemendaal.nl of neem een kijkje op onze website www.welzijnbloemendaal.nl.

U bent welkom op onze locaties als mailen of bellen niet lukt.



Corona maatregelen

We volgen met onze maatregelen het advies van Sociaal Werk Nederland en het RIVM. We hebben alles zorgvuldig afgewogen om een goede balans te houden tussen het laagdrempelig aanbieden van activiteiten en het zorgen voor de veiligheid van iedereen. Check onze website regelmatig voor het laatste nieuws. Gezien de 1,5 m-maatregel kunnen we een maximum aantal bezoekers per activiteit ontvangen. Dit betekent dat vantevoren aanmelden verplicht is tenzij anders staat vermeld.

Hieronder ziet u welke activiteiten **niet** doorgaan.

- Activiteiten bij de Fit-inn (Conditietraining en gym 70-plus zijn weer gestart)
- Koersbal
- Kopje koffie in de Voghelsanck
- Open eettafel Aerdenhout. Bij open eettafel Bennebroek en Vogelenzang is er wel thuisbezorging.

Verderop in de nieuwsbrief leest u welke activiteiten weer zijn opgestart, onderstaande activiteiten zijn ook reeds gestart:

- Biljart
- Breien en haken Bennebroek start 7 februari.
- Film in Bloemendaal start op 3 februari (zonder lunch)
- Gym Bloemendaal is reeds gestart
- Handwerkcafé is reeds gestart
- Hatha Yoga is reeds gestart
- Restaurantdag Vogelenzang is reeds gestart

BEWEGING

Fietsen Noord

U fietst gemiddeld 2 à 3 uur met elke keer een andere bestemming om naar toe te fietsen, onderweg stoppen we op leuke locaties om iets te drinken.



Woensdag 2 februari: Rondje Oud Velsen

Donderdag 17 februari: Haarlemmermeerse Bos en Vijfhuizen

LOCATIE EN TIJD: verzamelen op locatie Noord, Bloemendaalseweg 125 om 09.30 uur eerst koffie drinken en daarna fietsen.

KOSTEN: gratis (consumptie onderweg op eigen kosten)

Fietsen Zuid heeft een winterstop

Tai Chi voor beginners

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.



WANNEER: 10 keer op dinsdag, start 8 februari

TIJD: 13.15 - 14.30 uur

KOSTEN: € 60,-

LOCATIE: Kerklaan 6, Bennebroek

Tai Chi voor gevorderden

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 2 en zo mogelijk deel 3 van de 37 van Chen Man Ch`ing beoefenen.

WANNEER: 10 keer op dinsdag, start 8 februari

TIJD: 14.30 - 15.45 uur

KOSTEN: € 60,-

LOCATIE: Kerklaan 6, Bennebroek

Gymnastiek 70-plus

De gymnastiek is gericht op activiteiten zoals traplopen, reiken of opstaan. Er is vooral aandacht voor valpreventie, uithoudingsvermogen, coördinatie, balans en kracht. Het doel is dat u zo lang mogelijk zelfstandig kunt wonen en functioneren. U hoeft geen sportkleding aan, maar kleding waarin u prettig kunt bewegen. De docent is Erik Schipper. Instroom is elk moment mogelijk, u bent altijd welkom voor een proefles!



WANNEER: Elke maandag van 10.00-11.00 uur

KOSTEN: € 170,- voor 40 lessen (betaling in twee termijnen in september en januari).

LOCATIE: Fit Inn Bennebroek (bij GGZ InGeest)

Cultuur en uitgaan

Kookworkshop voor alleenstaande mannen

Koken is in veel huishoudens gelukkig nog steeds vanzelfsprekend en ook een dagelijkse aangelegenheid, maar niet in alle huishoudens. Er is wel wat veranderd, maar vanuit traditie kookte de vrouw. Als zij wegvalt blijft de man vaak achter zonder goede kookvaardigheden. Met ondersteuning vanuit de Gemeente werd, als pilot, een kookcursus voor senioren alleenstaande mannen op leeftijd opgetuigd. In een cursus met tien deelnemers leert u in acht lessen basismaaltijden te bereiden die smakelijk, gezond en gemakkelijk klaar te maken zijn. Welzijn Bloemendaal en Studio Roosmarijn gaan in januari 2022 t/m half april 2022 van start met een:



kookworkshop voor alleenstaande senioren mannen circa 55-75 jaar oud.

Studio Roosmarijn is de plek voor gezonde inspiratie. Door met meerdere mensen te koken, zult u vanzelf merken dat koken een leuke bezigheid is. Samen koken en eten werkt verbindend.

Locatie: Studio Roosmarijn (200 meter van Welzijn Bloemendaal), Doctor Dirk Bakkerlaan 6 in Bloemendaal

Data (maandagen):

31 januari 2022, 14 en 28 februari, 14 & 28 maart, 11 en 25 april 2022
Terugkommiddag eind mei 2022

Aanvangstijden: 16.00-20.00 uur

Kosten: 8 x 15 euro (inclusief maaltijden) = 120 euro (betalen kan in 2 termijnen)

Voor meer informatie of inschrijvingen: info@welzijnbloemendaal.nl of u kunt bellen op werkdagen tussen 09.00-12.00 naar 023-5250366. Contactpersoon: Jorien Klomp.

Film in Vogelenzang

De films in Vogelenzang worden vanaf februari weer opgestart. In verband met de 1,5 m-richtlijn is er een beperkt aantal plaatsen en is er dus geen open inloop. U dient zich vantevoren aan te melden bij Welzijn Bloemendaal en VOL = VOL. Als het vol is komt u op de wachtlijst en hebt u voorrang bij de film in maart.



WANNEER: maandag 14 februari

TIJD: 14.00 – 16.00 uur

KOSTEN: € 4,-

LOCATIE: Ontmoetingsruimte naar RK-Kerk, Kerkweg 2, Vogelenzang

Wereldse Maaltijd

Het is deze avond echt genieten met andere gasten van een heerlijk driegangen menu met gerechten uit landen zoals Syrië, Thailand, India, Pakistan of Oezbekistan. Vanwege de voorjaarsvakantie is de wereldse maaltijd deze maand niet op de laatste vrijdag van de maand.



WANNEER: vrijdag 18 februari

KOSTEN: € 10,-

LOCATIE: Dorpshuis Vogelenzang

Gebaksfiets

Deze maand is de gebaksfiets weer in een van de dorpskernen te zien. U kunt op onze website zien op welke locatie de gebaksfiets te vinden is.



OVERIG

Cursus valpreventie

Eveline Anthonissen geeft voorlichting, tips en oefeningen voor het voorkomen van valincidenten,



Bennebroek

WANNEER: donderdag 10 februari 2022
TIJD: 10.30 -12.00 uur
KOSTEN: € 7,50 (per machtiging)
LOCATIE: Kerklaan 6, Bennebroek

Bloemendaal

WANNEER: donderdag 10 februari 2022
TIJD: 12.30 -14.00 uur
KOSTEN: € 7,50 (per machtiging)
LOCATIE: Bloemendaalseweg 125, Bloemendaal

Seniorenweb

Eén keer per maand is er in samenwerking met Seniorweb Haarlem een 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. Er wordt gestart met een korte presentatie en vanaf 10.30 uur worden mensen 1-op-1 geholpen. Op 7 februari is er een presentatie over Windows 11. Windows 11 is de opvolger van Windows 10 en vragen als 'Gaaf er veel veranderen? Moet je nu al overstappen?' worden behandeld.



WANNEER: maandag 7 februari van 10.00-12.00 uur (vantevoren aanmelden niet nodig)
KOSTEN: gratis
LOCATIE: Kerklaan 6, Bennebroek

Inloop spreekuur voor mantelzorgers

Zorgt u voor een kind, partner, broer, zus, ouder of naaste met een chronische ziekte of beperking? Dan bent u ook mantelzorger. Als de zorg langdurig en intensief is, komt hier vaak veel bij kijken. Het aanvragen van een indicatie, het zoeken naar passende hulp, maar soms ook onzekerheid en verdriet.



Jet van der Meer, mantelzorgconsulent van Tandem, is elke week aanwezig bij Welzijn Bloemendaal, de ene week in Bennebroek en de andere week in Bloemendaal om uw vragen te beantwoorden, een praatje te maken en vooral met u mee te denken.

Heeft u vragen over deze activiteit?

Bel of e-mail gerust even: 023-8910610 of info@tandemmantelzorg.nl

BLOEMENDAAL

WANNEER: woensdag in de oneven weken

TIJD: 14.00-17.00 uur.

LOCATIE: Bloemendaalseweg 125, Bloemendaal

BENNEBROEK

WANNEER: woensdag in de even weken

TIJD: 09.00-12.00 uur.

LOCATIE: Kerklaan 6, Bennebroek

Expositie centraal servicepunt Bennebroek

De expositie met werken van kinderen van basisschool de Franciscus groep 1 tot en met groep 8 is verlengd tot begin maart. Op de Franciscus wordt veel aandacht besteed aan creativiteit. Dit gebeurt vooral middels het thematisch werken met de methode 4X wijzer en op de vrijdagmiddag met het groepsdoorbrekend werken in ateliers. De kinderen vinden het heel bijzonder om mee te doen aan de expositie. Hopelijk vindt u het leuk om te komen kijken en laat u een reactie achter in het schriftje bij de ingang. De kinderen kijken met spanning uit naar uw reacties!



LOCATIE: Zuid, Kerklaan 6, Bennebroek

Nationale Pannenkoekdag

Op vrijdag 18 maart is het de jaarlijkse nationale pannenkoekdag en dit vieren we in Bennebroek en Vogelenzang. Op onze website wordt binnenkort meer info gegeven.



LEZINGEN

Sociëteit Aerdenhout

Om de week wordt een interessante lezing georganiseerd.



Dinsdag 8 februari: China, vriend of vijand door Meine Pieter van Dijk

Dinsdag 22 februari: Aanpassingen aan de effecten van de klimaatveranderingen door Peter van der Werff

TIJD: 10.30-12.00 uur

KOSTEN: € 7,50 per pin of machtiging

LOCATIE: Oscar Mendliklaan 3, Aerdenhout

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

De Sociëteit Aerdenhout is toegankelijk voor iedereen. Indien u geen vervoer heeft, kunt u gebruik maken van het vervoer van Welzijn Bloemendaal à 30 cent per km.

Lezing brandveiligheid

Peter Jan Hartsuijker, vrijwillig brandweerman in Bennebroek, neemt u mee in zijn belevingswereld als brandweerman en gaat hij, aan de hand van voorbeelden, met u in gesprek over brandveiligheid in en om huis.

Peter Jan is in het dagelijks leven werkzaam als gebouwbeheerder in het onderwijs en in zijn vrije tijd beschikbaar voor de brandweer in Bennebroek en omgeving en betrokken bij het ontwerp van de nieuwe brandweerkazerne.



WANNEER: woensdag 16 februari (ipv di 15 feb) 10.00-12.00 uur

KOSTEN: € 5,-

LOCATIE: Kerklaan 6 in Bennebroek.

Lezing Godfried Bomans i.h.k.v. zijn verjaardag 2 maart

Info binnenkort op onze website.

WANNEER: donderdag 24 februari 10.00-12.00 uur

KOSTEN: € 5,-

LOCATIE: Bloemendaalseweg 125, Bloemendaal

