



Activiteiten Welzijn Bloemendaal april 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.



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 6 april Heerenduinen en het strand van IJmuiden

Donderdag 21 april Aerdenhout, Vogelenzang en Heemstede

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 gaat ook weer van start!

Elke 2^e woensdag van de maand starten we met een kopje koffie bij Welzijn Bloemendaal en stappen daarna op de fiets. De lengte van de tocht is gemiddeld 40 km, waarbij er onderweg bij een leuke locatie wordt gestopt om iets te drinken.

woensdag 13 april: Bollentocht

LOCATIE EN TIJD: Vertrek van Welzijn Bloemendaal, Kerklaan 6, Bennebroek. Om 10.00 uur staat de koffie klaar, vertrek 10.15 uur.

KOSTEN: gratis (consumptie onderweg op eigen kosten)

Fietslessen voor beginners

Zowel statushouders als expats en andere migranten, zijn vaak niet met fietsen grootgebracht. Door hen te leren fietsen zorg je dat ze beter kunnen inburgeren, je vergroot hun actieradius en je helpt ze zelfstandiger te worden! Er wordt les gegeven aan de hand van een uitgebreid stappenplan. In de methode is ook verkeersles opgenomen en komt relevante informatie over wetten en regels, verkeersregels en boetes voor fietsers aan de orde. In overleg met de fietsvrijwilliger kan 'examen' afgenomen worden en ontvangt de cursist een fietsdiploma van Welzijn Bloemendaal.



KOSTEN: € 25,- voor strippenkaart van 10 lessen

LOCATIE: Afhankelijk van de woonplaats van de cursist vinden de lessen plaats in de omgeving van Welzijn Bloemendaal in Bennebroek of Bloemendaal.

MEER INFO: nicole@welzijnbloemendaal.nl of 06-57937570.

Wandelen in de Waterleidingduinen

Iedere zaterdagochtend anderhalf uur een flinke wandeling met of zonder Nordic Walking stokken. Dit is een goede manier om gezond te bewegen in de buitenlucht en bovendien nog gezellig ook!



WANNEER: Iedere zaterdagochtend 10.00-11.30 uur

KOSTEN: duinkaart en eigen consumpties

LOCATIE: Waterleidingduinen, ingang Panneland

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 dinsdagmiddag van 14.30-15.30 uur

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

LOCATIE: Bloemendaalseweg 125, Bloemendaal

Wandelen bij de Fit-inn

Hierbij berichten wij u dat met ingang van 18 maart 2022 de Fit-Inn met de wandel activiteit weer een aanvang gaat maken. Deze activiteit is toegankelijk voor een ieder. U wordt begeleid door onze professionele instructeur Wim De Jong. Bent u geen lid van de Fit-Inn, maakt u dan een afspraak voor een intake en voor de inschrijving. Wij zijn ook bereikbaar op telefoon: 023-5832539.



WANNEER: elke vrijdag van 10:00 uur tot 11:00 uur
KOSTEN: via de fitnesskaart (te verkrijgen bij Welzijn Bloemendaal in Bennebroek)
LOCATIE: Fit-inn, Rijksstraatweg 113 in Bennebroek

Wandelcirkels in de dorpskernen van Bloemendaal

Vrijwilligers van Welzijn Bloemendaal wandelen vanuit hun eigen woonadres naar een volgend woonadres en halen een deelnemer op om te wandelen of iedereen spreekt af op een vaste plek. Met vier of vijf personen wandelt iedereen een rondje tot aan het eigen woonadres of de afgesproken plek. Deze activiteit zal 1 à 2 maal per week een half uur tot 1 uur duren en plaatsvinden in de omgeving van uw eigen huis.



Lijkt het u wat om ook wat meer in beweging te komen en wat afleiding te hebben? Bel naar 023-5250366 en vraag naar Jorien of Merlin of stuur een mailtje naar info@welzijnbloemendaal.nl met uw contactgegevens en u wordt gebeld om te kijken of we u kunnen koppelen aan een vrijwilliger in de omgeving van uw woning.

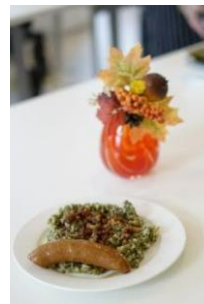
Doorlopende bewegingsactiviteiten:

- biljart
- conditietraining
- gymnastiek voor ouderen
- gymnastiek 70-plus
- Hatha yoga
- koersbal
- tai chi

Cultuur en uitgaan

Open eettafel Vogelenzang

Bij onze open eettafel geniet u in gezelschap van andere Bloemendalers van een gezonde en smakelijke maaltijd. Ze vormen ook een uitkomst als koken u niet meer zo gemakkelijk afgaat. Bent u 55 jaar of ouder, dan kunt u aanschuiven bij onze diners. Wij serveren de maaltijd rond 12.30 uur. Onze vriendelijke gastvrouwen en gastheren ontvangen u graag vanaf 12.15 uur. Aan- en afmelden: uiterlijk twee dagen van tevoren bij Welzijn Bloemendaal.



WANNEER: donderdag 7 april 12.15-13.30 uur

KOSTEN: € 9,-

LOCATIE: Ontmoetingsruimte naast de RK-kerk, Kerkweg in Vogelenzang

Films

Elke maand draaien er verschillende films op verschillende locaties in de gemeente. U wilt natuurlijk graag weten welke films. De regels verbieden het ons 'reclame' te maken voor niet-commerciële vertoningen. U kunt bij ons op kantoor informeren naar de titels 023-5250366.



Bennebroek (incl. lunch)

WANNEER: donderdag 28 april 12.00-15.00 uur (film start 13.00 uur)

KOSTEN: € 8 (alleen film € 4,-)

LOCATIE: Kerklaan 6, Bennebroek

Bloemendaal (zonder lunch)

WANNEER: donderdag 7 april 13 uur inloop, film van 13.15-15.30 uur

KOSTEN: € 4,-

LOCATIE: Bloemendaalseweg 125, Bloemendaal

Vogelenzang film extra ingepland in april

WANNEER: maandag 11 april 14.00-16.00 uur

KOSTEN: € 4,-

LOCATIE: Ontmoetingsruimte Kerk Vogelenzang, open inloop

Wereldse Maaltijd in Bloemendaal of Vogelenzang

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.



Bloemendaal

WANNEER: vrijdag 22 april 18.00-20.00 uur

KOSTEN: € 10,-

LOCATIE: Bloemendaalseweg 125, Bloemendaal

Vogelenzang

WANNEER: vrijdag 29 april 18.00-20.00 uur

KOSTEN: € 10,-

LOCATIE: Dorpshuis Vogelenzang

Doorlopende Cultuur & uitgaan activiteiten:

- Breien en Haken
- Open eettafel Aerdenhout, Bloemendaal en Bennebroek
- Restaurantdag
- Spelletjesmiddag

ALGEMEEN

Seniorweb

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, deze maand met een presentatie over 'de cloud', en vanaf 10.30 uur worden mensen 1-op-1 geholpen.



WANNEER: maandag 4 april van 10.00-12.00 uur (open inloop)

KOSTEN: gratis

LOCATIE: Kerklaan 6, Bennebroek

Expositie centraal servicepunt Bennebroek

De Historische Vereniging Heemstede-Bennebroek bestaat 75 jaar

De HVHB laat dit jubileum niet zomaar voorbij gaan en is in het verleden gedoken. Van 24 maart tot 14 mei kunt u de fototentoonstelling bekijken bij het Centraal Service Punt in Bennebroek. U kunt hier zien wat er de afgelopen 75 jaar veranderd is in Bennebroek. Hoe zagen de verschillende winkels eruit? Welke gebouwen verdwenen er en wat kwam daarvoor in de plaats? Wist u bijvoorbeeld dat Toon Hermans in het monumentale huis 'Bennet Home' in Bennebroek woonde? Foto's van toen zijn vergeleken met foto's van nu en leveren vast veel herkenning en misschien zelfs wel verbazing op. Laat vooral uw reactie achter in het schrift bij de ingang. En wilt u meer historische informatie over Bennebroek? Bezoek dan de website van de historische vereniging: www.HVHB.nl



LOCATIE: Zuid, Kerklaan 6, Bennebroek

Senioren in beeld

Senioren in Beeld is een Project van Welzijn Bloemendaal. Met dank aan de BAVO Stichting Heemstede is Welzijn Bloemendaal op zoek naar deelnemers uit **Overveen, Aerdenhout en Bloemendaal** die het leuk vinden om een portret van zichzelf te laten opmaken in beeld en tekst. In Bennebroek en Vogelenzang is dit project al gerealiseerd en volgt daar medio mei een feestelijke expositie,



De deelnemer wordt bij voorkeur op een plek gefotografeerd waar hij/zij een specifieke herinnering aan heeft. Dit kan in overleg met de fotograaf en tekstschrijver. U kunt zich inschrijven voor dit project bij info@welzijnbloemendaal.nl of contact opnemen met Jorien Klomp via jorien@welzijnbloemendaal.nl. Aan het einde van het project willen we een feestelijke expositie plannen in de expositieruimtes van Welzijn Bennebroek en Bloemendaal. Deelnemers krijgen een kopie afdruk en kopie verhaal mee naar huis.

LEZINGEN

Sociëteit Aerdenhout

Om de week wordt een interessante lezing georganiseerd.

Dinsdag 5 april: Harp en Suite, één vrouw, één harp door Mariska Pool

Mariska Pool neemt u mee in de wereld van de harp, haar muziek en haar verhalen. Onbekende componisten en hun muziek voor dit kleurrijke instrument komen tot leven.



Dinsdag 19 april: de geschiedenis van het antisemitisme door Wytse Brouwer

In deze lezing spreekt Wytse Brouwer zijn verbazing uit over de hardnekkigheid van het anti joodse sentiment door de eeuwen heen en het gemak waarmee wij anders denkenden stigmatiseren.

TIJD: 10.30-12.15 uur

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.

De Sociëteit Aerdenhout is toegankelijk voor iedereen. Indien u geen vervoer heeft, kunt u gebruik maken van het vervoer van Welzijn Bloemendaal à 35 cent per km.

Lezing Napoleon en de vrouwen

In de lezing van vandaag staan de vrouwen in het leven van Napoleon centraal, maar dat verhaal kan niet verteld worden zonder de persoon van Napoleon en zijn betekenis in de geschiedenis erbij te betrekken. Flip Hammann vertelt het verhaal aan de hand van veel plaatjes.



WANNEER: donderdag 31 maart 10.00-12.00 uur

KOSTEN: € 5,-

LOCATIE: Kerklaan 6, Bennebroek

Lezing hoe de bloembol Amerika veroverde

De Haarlemse vertaler en schrijver Joost Mulder (1957) is sinds hij als 14-jarige bollenpeller voor het eerst een bollenschuur van binnen zag gefascineerd door de bloembollenteelt. In zijn boek *Niet voor één gat te vangen* schildert hij het werkzame leven van oud-bloembollenreiziger Ton Trossèl (1923-2019). Het verhaal van deze eigenwijze doorzetter geeft een goed beeld van een goeddeels onbekende schakel in de bloembollenexport: de bollenreiziger. In zijn rijk geïllustreerde lezing besteedt Joost Mulder ook aandacht aan de rol van Haarlem als bakermat van de bloembollenbranche.



WANNEER: donderdag 14 april 10.00-12.00 uur

KOSTEN: € 5,-

LOCATIE: Kerklaan 6, Bennebroek

Lezing Marc Chagall

Chagall werd in 1887 geboren als Moïshe Zakharovich Shagal in de buurt van Vitebsk in Wit-Rusland. Hij heeft in zijn bijna 100 jaar durende leven vanwege de Eerste Wereldoorlog, de Russische Revolutie en de Tweede Wereldoorlog op veel verschillende plekken op de wereld gewoond en gewerkt. Chagall was veelzijdig kunstenaar, vooral bekend van zijn schilderijen, maar hij heeft ook met keramiek en glas gewerkt. De lezing zal zo wel over zijn levensloop als over de verschillende aspecten van zijn kunst gaan.



WANNEER: donderdag 28 april 10.00-12.00 uur

KOSTEN: € 5,-

LOCATIE: Bloemendaalseweg 125, Bloemendaal