



Welzijn Bloemendaal

AERDENHOUT • BENNEBROEK • BLOEMENDAAL • OVERVEEN • VOGELENZANG

Nieuwsbrief maart 2023

Denktank Welzijn en Zorg op zoek naar actieve inwoners

Sinds een aantal jaar zijn er bij Welzijn Bloemendaal Dorpscoördinatoren actief in de vijf dorpskernen van de gemeente Bloemendaal. Deze Dorpscoördinatoren Welzijn & Zorg zijn ieder in een eigen dorpskern de verbinder tussen diverse formele en informele netwerken op het gebied van Welzijn & Zorg, zowel voor inwoners en diverse organisaties als voor de Gemeente en ondersteunen burger- en maatschappelijke initiatieven.

Dit doen zij om activiteiten en diensten op het gebied van Welzijn en Zorg op elkaar af te stemmen en een goed overzicht in het aanbod te bieden.

Dit verbinden en afstemmen is een van de kerntaken en hiervoor organiseren zij twee keer per jaar een overleg voor betrokken partijen, de zgn. Denktank Welzijn en Zorg. Die partijen zijn organisaties op het gebied van welzijn en zorg, sportverenigingen, onderwijs en actieve inwoners in de dorpskernen zelf. Via dit netwerk weten mensen elkaar gemakkelijk te vinden en kan eenzaamheid beter gesignaleerd worden.



Voor deelname aan deze overleggen zoekt Welzijn Bloemendaal in elke dorpskern een aantal actieve inwoners die betrokken zijn bij hun dorpskern en weten wat er speelt. Zij geven signalen door en weten waar behoefte aan is. Met deze signalen gaan vervolgens de deelnemende partijen aan de gang.

Ben of ken je iemand die dit interessant vindt? Neem dan contact op met Welzijn Bloemendaal via dorpscoordinator@welzijnbloemendaal.nl.

Vermeld dan om welke dorpskern het gaat, zodat de betreffende dorpscoördinator contact met je kan opnemen.

Meer informatie nodig? Op www.welzijnbloemendaal.nl vind je meer info over de dorpscoördinatoren zelf.

Beter slapen en minder stress...een cursus voor mensen die stress en slaapproblemen ervaren

Lig je maar te piekeren 's nachts en te draaien in je bed, probeer je heel hard in slaap te komen en voel je je overdag moe en gespannen ?

In deze cursus leer je dat alles wat je doet of laat invloed kan hebben op je slaap. Je krijgt uitleg hoe dit werkt en samen brengen we dit in kaart. We bespreken ook hoe je om kunt gaan met gedachten die de slaap belemmeren en je leert een aantal belangrijke weetjes over slaap. Ook oefenen we met ontspanningsoefeningen en ga je zelf actief aan de slag vanuit het werkboek "Beter Slapen" van Aline Kruit en Irma Leijten.

WANNEER: dinsdag 9, 16, 23 en 30 mei en 20 juni van 09.30-11.30 uur

KOSTEN: boek Beter Slapen van A.Kruit en I. Leijten: 17 euro (zelf aanschaffen). Verder gratis voor inwoners van Bloemendaal.

LOCATIE: Welzijn Bloemendaal, Bloemendaalseweg 125 Bloemendaal



Begeleider: Madeleine de Vilder en Marieke Beerthuis (preventiewerkers Prezens)

Anmelden: Marieke Beerthuis: m.beerthuis@prezens.nl of 06-12953412 (ma t/m woe) of via Hetty van der Vegt Welzijn Bloemendaal: hetty@welzijnbloemendaal.nl of 06-20306471

BEWEGING

Fietstochten

Vanuit Bloemendaal

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 1 maart 2023, Leyduin, Vinkenduin en Panneland
- donderdag 16 maart, Waarderpolder, Penningsveer en Spaarndam



LOCATIE EN TIJD: verzamelen op locatie Noord, Bloemendaalseweg 125 om 09.15 uur, eerst koffie drinken en daarna fietsen.

KOSTEN: gratis (consumptie onderweg op eigen kosten)

De fietstochten vanuit Bennebroek hebben een winterstop.

Activiteiten Fit-inn: Fitness, circuittraining, spinning en yoga

U werkt op een plezierige en sportieve manier aan uw fitheid onder deskundige begeleiding van een sportinstructeur. Op de achtergrond is een fysiotherapeut, oefentherapeut of bewegingsagoog van GGZinGeest aanwezig.

AANMELDPROCEDURE: Voordat u kunt beginnen bij Fit-inn is het verplicht om een afspraak te maken bij de Fit-Inn voor een intakegesprek via tel. 023-5832539 Fitnesskaarten worden op werkdagen van 09.00-12.00 uur verkocht bij Welzijn Bloemendaal, locatie Zuid. De kosten zijn € 30,00 per 10 rittenkaart. Betaling gaat via een machtiging voor automatische incasso. Op deze kaart kunt u naast individuele fitness ook deelnemen aan groepsactiviteiten zoals circuittraining, spinning en yoga.



Doorlopende bewegingsactiviteiten:

- Biljarten
- Conditietraining
- Duofiets lenen
- Gymnastiek voor ouderen
- Gymnastiek 70-plus
- Hatha yoga
- Jeu de boules
- Koersbal
- Stoelyoga
- Tennis
- Wandelen in de Waterleidingduinen
- Wandelcirkels
- Yoga



CREATIEF

Doorlopende creatieve activiteiten:

- Breien en haken Bloemendaal
- Breien en haken Bennebroek
- Handwerkcafé in de Voghelsanck



EDUCATIEF

Seniorweb

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, dit keer is het onderwerp "Sociale media". Daarna worden mensen 1-op-1 geholpen.

WANNEER: maandag 6 maart van 10.00-12.00 uur

KOSTEN: gratis

LOCATIE: Zuid, Kerklaan 6, Bennebroek



Cultuur en uitgaan

Bustochtje Naar de bollen

Kunt u er niet meer gemakkelijk op uit? Wij gaan dit seizoen iedere 2^e woensdagochtend van de maand een bustochtje maken in de omgeving.

In april gaan we langs de bollen. U krijgt een consumptie met iets lekkers. U wordt thuis opgehaald en na afloop weer thuisgebracht. We laten u graag genieten van de mooie omgeving buiten de gemeente Bloemendaal.

Bloemendaal

WANNEER: woensdag 12 april 10.00-12.00 uur

KOSTEN: € 12,50

AANMELDEN: Vóór 20 maart



Kookworkshop voor senioren mannen

Door met meerdere mensen te koken, zult u vanzelf merken dat koken een leuke bezigheid is. Samen koken en eten werkt verbindend en de deelnemers leren diverse basismaaltijden klaar te maken die smakelijk, gezond en lekker zijn. Er is gelegenheid om met mooi weer op ons terras te dineren en bij de laatste bijeenkomst wordt er een picknick georganiseerd. Deze workshop is speciaal voor senioren, mannen van 55 jaar en ouder.



Hieronder een introductie van Catherine de With die de workshop zal begeleiden:

"Hallo beste koks,

Mijn naam is Catherine de With en ik heb 35 jaar rijke kook- en leservaring in binnen- en buitenland. Heb me in mijn kooklessen gespecialiseerd in gezonde, kleurrijke, lekkere doch betaalbare en eenvoudig te bereiden maaltijden voor thuis. We maken kennis met de vegetarische keuken en koken ook met vlees en vis indien gewenst. Hoor ook graag jullie kookwensen en speel daar met mijn receptuur zo mogelijk op in. Verder profiteren we van verse groenten en fruit van het seizoen en wat de vroege zomer nog meer te bieden heeft zoals: wilde kruiden plukken, gezamenlijk buiten eten en sluiten we feestelijk af met een zelf bereide picknick aan de Oosterplas. Ik verheug me erop jullie te ontmoeten en met elkaar aan de slag te gaan. Tot dan!"

Bloemendaal

WANNEER: Vanaf maandag 8 mei 17.00 uur, 8 lessen

KOSTEN: € 250,00 voor 8 lessen inclusief picknick

LOCATIE: Bloemendaalseweg 125 Bloemendaal

AANMELDEN: www.welzijnbloemendaal.nl of 023-5250366

Koffie ochtend Bloemendaal

Gezellig met uw dorpsgenoten bijpraten onder het genot van een heerlijk kopje koffie? De koffie staat op elke twee weken (even weken) op vrijdag van half 11 tot 12 uur voor u klaar op locatie aan de Bloemendaalseweg 125 in Bloemendaal.

WANNEER: in maart op vrijdag 10 en 24 maart van 10.30-12.00 uur

KOSTEN: € 1,20

LOCATIE: Bloemendaalseweg 125 Bloemendaal

AANMELDEN: www.welzijnbloemendaal.nl of 023-5250366



Wereldse maaltijd

Op vrijdagavonden is het samen met andere gasten echt genieten van een heerlijk driegang 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: 3 maart 17.30-20.00 uur

KOSTEN: € 12,50 (kinderen tot 6 jaar eten gratis mee, 6-12 jarigen betalen € 7,-)

LOCATIE: Noord, Bloemendaalseweg 125, Bloemendaal



Vogelenzang

WANNEER: vrijdag 31 maart 17.30- 20.00 uur

KOSTEN: € 12,50 (kinderen tot 6 jaar eten gratis mee, 6-12 jarigen betalen € 7,-)

LOCATIE: Dorpshuis Vogelenzang, Henk Lensenlaan 2A, Vogelenzang

Muzenforum Concerten

Op acht zondagen per jaar, van september tot en met april, organiseert Muzenforum klassieke concerten in het gemeentehuis van Bloemendaal. De geschiedenis van Muzenforum gaat terug tot in de Tweede Wereldoorlog. Uitgangspunt bij het programmeren van de Muzenforumconcerten is de hoge kwaliteit van de musici. Diversiteit in het aanbod staat voorop: van solisten tot ensembles en zowel instrumentaal als vocaal. Muzenforum richt zich naast gevestigde namen ook op het engageren van jonge, veelbelovende musici die aan het begin van hun carrière staan.

Via de website van Muzenforum kunt u het programma van de concerten zien en u aanmelden. [Klik hier om naar hun site te gaan](#). Het eerstvolgende concert is zondag 26 maart.

Vervoer nodig?

Vanuit de samenwerking kunnen wij daar voor zorgen. Voor vervoer vanuit omgeving Overveen wordt een standaardtarief gehanteerd van vijf euro vice versa. Neem hiervoor contact op met onze afdeling vervoer via 023 – 5250366.

Lunch en film

In meerdere dorpskernen draaien wij maandelijks een film. In Bennebroek en Bloemendaal bent u voorafgaand aan de film van harte welkom voor een heerlijke verse lunch.

Bennebroek: "Wonder"

'Wonder' vertelt het verhaal over een 10-jarig jongetje, August Pullman genaamd, met een zeldzame, aangeboren aangezichtsafwijking.

WANNEER: donderdag 30 maart 12.00-15.00 uur

KOSTEN: € 9,- incl. lunch (alleen film € 4,50 en start om 13.00 uur)

LOCATIE: Zuid, Kerklaan 6, Bennebroek



Bloemendaal: "The Bridges of Madison County"

Robert Kincaid vraagt de weg bij de boerderij van huisvrouw Francesca Johnson, wiens gezin niet aanwezig is. De details van de vier-dagen romance houdt Francesca bij in een dagboek, welke na haar dood door haar kinderen wordt gevonden.

WANNEER: donderdag 2 maart 12.00-15.00 uur

KOSTEN: € 9,- incl. lunch (alleen film € 4,50 en start om 13.00 uur)

LOCATIE: Noord, Bloemendaalseweg 125, Bloemendaal

Vogelenzang: "Lion"

Een 5-jarige Indiase jongen raakt verdwaald in de straten van Calcutta, duizenden kilometers van huis. Hij overleeft vele uitdagingen waarna hij door een stel in Australië wordt geadopteerd. 25 jaar later besluit hij op zoek te gaan naar zijn verloren familie.

WANNEER: maandag 13 maart 14.00-16.00 uur

KOSTEN: € 4,50

LOCATIE: Ontmoetingsruimte naast de R.K. kerk, Kerkweg 2, Vogelenzang



Doorlopende cultuur en uitgaan activiteiten

- Aerd en Houtkoor
- Buurttuin Bennebroek
- Bustochtjes
- Duin en kruidkoor
- Koffie-ochtend Aerdenhout, Bennebroek en Bloemendaal
- Odensehuis Overveen
- Open eettafels in Aerdenhout, Bennebroek, Bloemendaal en Vogelenzang
- Restaurantdag Vogelenzang
- Spelletjesmiddag Bloemendaal
- Regenboog lokaal

LEZINGEN

Sociëteit Aerdenhout

Om de week wordt een interessante lezing georganiseerd.

7 maart: Denkbeelden van Coornhert, nog steeds actueel!

Aandacht voor Coornhert als historisch figuur. De spreker laat u zien wat Coornherts denkbeelden in tal van aspecten was, maar vooral wat betreft tolerantie, en wat het voor ons heden ten dage kunnen betekenen.

21 maart: De Europese Unie

De Europese Unie wordt soms afgespiegeld als slechts een handelsovereenkomst tussen een aantal landen. Daar is dan ook nog kritiek op omdat niet iedereen in de zelfde mate geprofiteerd zou hebben van de voordelen van economische integratie. De EU heeft ons veel voordelen gebracht, die vaak vergeten worden of vanzelfsprekend worden gevonden. Door Europese verkiezingen, Brexit en pogingen van China om de EU uit elkaar te spelen is de EU weer volop in de belangstelling.



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

KOSTEN: € 8,00

LOCATIE: Oscar Mendliklaan 3, Aerdenhout

Lezing: Paardenrenbaan Woestduin

Acht jaar lang werden de jockeys hier in het raceseizoen weggeschoten en werden prijzen gewonnen met klinkende namen. Er werd gegokt bij het leven. De renbaan van Woestduin lag er prachtig bij en kon zich verheugen op flinke bezoekersaantallen op de racezondagen. Tot..., na acht jaar rennen, gokken, drinken, de burgemeester van Bloemendaal het in 1909 wijs achtte de renvergunning voor de zondagen in te trekken.



WANNEER: donderdag 9 maart 10.00-12.00 uur

KOSTEN: € 6,- incl. consumptie

LOCATIE: Zuid, Kerklaan 6, Bennebroek

Lezing: Venetië is zo anders

Venetië is anders dan alle andere steden, met al dat water, het licht, de historische gebouwen, de kunst. Tegelijkertijd treffen de problemen van de huidige tijd Venetië harder en eerder dan andere steden: het massatoerisme, de stijging van het water, luchtvervuiling. De stad waar het verleden zo aanwezig is, is daarmee ook een proeftuin voor de toekomst.



WANNEER: donderdag 30 maart 10.00-12.00 uur

KOSTEN: € 6,- incl. consumptie

LOCATIE: Noord, Bloemendaalseweg 125, Bloemendaal

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.

Jeugdhonk 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)



The Spot, inloopactiviteiten voor verschillende leeftijden

Kinderen van groep 6, 7 en 8 zijn elke dinsdag en vrijdagmiddag welkom in jongerenruimte The Spot in Bennebroek. Van 15:00 tot 17:30 uur is er altijd wel iets te doen.

Voor jongeren van 12 tot 16 jaar is The Spot op vrijdagavond open van 19:00 tot 22:00 uur.

In een veilige en vertrouwde omgeving kunnen jongens en meiden elkaar en nieuwe vrienden ontmoeten en meedoen met een wedstrijdje poolen, een tafelvoetbaltoernooi, muziek luisteren of gewoon gezellig met elkaar zijn. Er mogen ook zelf activiteiten bedacht en uitgevoerd worden. Er zijn geen kosten aan verbonden. The Spot valt onder de activiteiten van Welzijn Bloemendaal aan Kerklaan 6 in Bennebroek. De ingang zit aan de linkerkant van het gebouw.

Meer informatie: celvin@welzijnbloemendaal.nl.

Vrijdag 17 maart staat in het teken van de nationale Pannenkoekdag!



GEDICHT Buurttuin Bennebroek

*Kom ook eens even buurten, In de Bennebroekse Buurttuin
Geniet van de bloemen, En hoor de bijtjes zoemen
Pluk een aardbei of tomaatje, Wat wortels of een sla-tje
Van tuinieren hebben hier, Heel wat mensen veel plezier*

*Buurttuin Bennebroek!
Buurttuin Bennebroek!
Geniet van Buurttuin Bennebroek!*

*Komt u ook de tuin verfraaien, Komt u ook wat lekkers zaaien
En met een beetje mest, Groeit alles op zijn best
De kwaliteit wordt top!, Daar kan Appie Heijn niet tegenop!
Dankzij Welzijn Bloemendaal, Hebben wij een volle fruitschaal*

*Buurttuin Bennebroek!
Buurttuin Bennebroek!
Geniet van Buurttuin Bennebroek!*



ALGEMEEN

NL DOET zaterdag 11 maart

NL Doet is in de buurttuin Bennebroek op zaterdag 11 maart van 9-13 uur. Wij zijn nog op zoek naar vrijwilligers om allerlei klusjes in de tuin te doen zodat de tuin weer klaar gemaakt kan worden voor de lente. Dit zijn klusjes zoals het aanharken van de bladeren, het aanvullen van het snipperpad en allerlei verdere voorkomende tuinwerkzaamheden. Koffie en thee staat klaar onder de overkapping van de buitenkeuken. Graag zelf eigen handschoenen meenemen. Onze vaste vrijwilligers zijn aanwezig om duiding te geven.



Nationale Pannenkoekdag vrijdag 17 maart

Op vrijdag 17 maart is er weer de jaarlijkse nationale Pannenkoekdag en dit vieren we graag samen met u in Bennebroek.

Leerlingen van basisschool De Franciscus gaan samen met cliënten van de dagbesteding Hartekamp Groep locatie de Ruyterlaan pannenkoeken bakken.

We vieren het dit jaar op 2 locaties, namelijk bij Welzijn Bloemendaal aan de Kerklaan en bij de Hartekamp Groep aan de De Ruyterlaan. We maken zo een mooie verbinding tussen peuters en leerlingen van de Franciscus Onderwijs en Opvang, cliënten van de Hartekamp Groep en ouderen.

Let er bij het inschrijven op dat u een keuze maakt voor één van beide locaties!

WANNEER: vrijdag 17 maart

TIJD en LOCATIE: 10.15-11.30 u koffie en daarna pannenkoek bij Welzijn Bloemendaal, Kerklaan 6

Ø 11.30-13.00 u pannenkoek bij de Hartekamp Groep, De Ruyterlaan 141

KOSTEN: gratis

AANMELDEN: vòòr 9 maart bij Welzijn Bloemendaal op tel: 023-5250366

Let er bij het inschrijven op dat u een keuze maakt voor één van beide locaties!