

een goede buur

WIJKPROGRAMMA

Roodenburg

JANUARI • FEBRUARI • MAART 2020

**Wat is er in deze periode in de wijk te doen?
Je vindt hier een selectie van activiteiten.**

Loop eens binnen bij Een Goede Buur in Roodenburg, adressen en openingstijden vind je achterop. Bekijk ook www.eengoedebuur.nl of like ons op Facebook om op de hoogte te blijven.



Organisaties die in een volgend wijkprogramma ook hun activiteiten willen vermelden, kunnen mailen naar roodenburg@eengoedebuur.nl



www.eengoedebuur.nl

EEN GOEDE BUUR IN ROODENBURG



Maandag en dinsdag

9.00 – 12.00 uur

Donderdag

13.00 – 16.00 uur

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126, 2314 XH Leiden, 071-541 25 15

Maandag

10.00 – 12.00 uur

't Trefpunt Professorenpad 1, 2313 TA Leiden, 071-707 42 00

Wil je weten wat er in de wijk er doen is? Wil je iets betekenen voor je burens? Of heb je juist wat hulp nodig van een ander of een organisatie? Wil je meer mensen (leren) kennen in jouw buurt? Kom langs bij Een Goede Buur.

roodenburg@eengoedebuurl.nl

WWW.EENGOEDEBUUR.NL



Loop eens binnen bij **Een Goede Buur** of like ons op Facebook om op de hoogte te blijven.

www.facebook.com/eengoedebuurlleiden óf [/roodenburg](https://www.facebook.com/roodenburg)

Organisaties die in een volgend wijkprogramma ook hun activiteiten willen vermelden, kunnen mailen naar roodenburg@eengoedebuurl.nl

WIJKPROGRAMMA

JANUARI T/M MAART IN DEZE WIJK

NIEUWJAARSKOFFIE + BUURTSOEPJE

maandag 6 januari

't Trefpunt Professorenpad 1 10.00 - 12.00 uur en 12.00 - 13.30 uur

Op de eerste maandag van het jaar maken we de koffieochtend extra feestelijk door elkaar een goed Nieuwjaar te wensen. Uiteraard hoort hier iets lekkers bij! Aansluitend kunt u blijven voor een soepmaaltijd met broodjes.

Kosten koffie € 1,00 voor 2 kopjes koffie of thee

Kosten maaltijd € 3,50



NIEUWJAARSBORREL

zaterdag 18 januari

Huis van de Buurt Matilo, Zaanstraat 126

17.00 uur

Kosten geen

VALENTIJNSMIDDAG

vrijdag 14 februari

't Trefpunt Professorenpad 1

14.00 - 16.00 uur

Op Valentijnsdag laten we elkaar weten wat we voor elkaar betekenen.

Bij Radius is dat samen zijn en elkaar ontmoeten. Komt u ook?

Kosten € 2,50 voor koffie en thee met wat lekkers erbij



ROMMELMARKT

zondag 9 februari

Huis van de Buurt Matilo, Zaanstraat 126

10.00 - 15.00 uur

Kosten € 5,00 voor de huur van een tafel, entree is gratis

WEEK VAN DE ZORG EN WELZIJN /AANBESTEDING donderdag 19 maart

't Trefpunt Professorenpad 1

14.00 - 16.00 uur

Eind februari weten wij hoe het er voor staat met de aanbesteding van het welzijnswerk in Leiden. In de Week van de Zorg en Welzijn, is het voor u van belang om te weten hoe het welzijnswerk in Leiden gaat worden verdeeld en of Radius hierin een rol blijft spelen. Vandaag komt een medewerker van het hoofdkantoor van Radius bij ons langs om u te vertellen hoe het er nu voor staat. Uiteraard is er ruimte om uw vragen te stellen. **Kosten** geen

CURSUS EENZAAMHEID: CREATIEF LEVEN VOOR MEER VITALITEIT

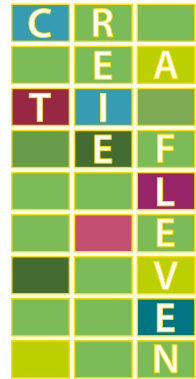
Een serieuze en plezierige cursus die bestaat uit acht lessen van 2,5 uur bedoeld voor mensen, jong en oud, die al enige tijd last hebben van eenzaamheid en daar iets aan willen doen.

Start donderdagmiddagen van 14.30 - 17.00 uur vanaf 23 januari 2020 (acht bijeenkomsten)

Locatie Top Naeffstraat 1, Leiden

Meer informatie en aanmelden

Radius, 071-707 42 00 info@radiuswelzijn.nl



Donderdag 16 jan., 30 jan., 13 feb., 27 feb., 12 maart, 26 maart 10.00 uur

GRATIS WANDELING DOOR DE STAD IN HET GROEN

Wilt u regelmatig met een groep langs een groene route in de stad wandelen? Stichting Gezond Natuur Wandelen Nederland organiseert elke week gratis wandelingen van een uur in het groen. De wandelingen starten op een vaste plaats en tijd en worden begeleid door vrijwilligers die onderweg ook iets over de natuur vertellen.



Omdat bewegen goed doet
www.zelfdoeninerfgoedengroen.nl/groen



Startlocatie Café Abel (hoek ingang van Museum Volkenkunde, Steenstraat 1). Aanmelden is niet nodig.

Voor meer informatie en contact

www.zelfdoeninerfgoedengroen.nl/agenda-en-cursussen

Op woensdag zijn er ook wandelingen, zie de website voor data en startlocatie.

BUUV - VRIJWILLIGE BURENHULP

Buuv is dé marktplaats voor burenhulp en elkaar ontmoeten. Ga naar www.buuv.nu, plaats je vraag of aanbod en vind elkaar. Het platform is leuk, veilig en gemakkelijk in gebruik. Op de locaties van Een Goede Buur kun je hulp vragen als je er niet uitkomt.



TERUGKERENDE ACTIVITEITEN IN DEZE WIJK

MAANDAG

Maandag en dinsdag 9.00 - 12.00 uur **donderdag** 13.00 - 16.00 uur

EEN GOEDE BUUR

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

Buurt Onmoetings Plek (BOP) Herenstraat 61

't **Trefpunt** Professorenpad 1 **maandag** 10.00 - 12.00 uur

Wil je weten wat er in de wijk er doen is? Wil je iets betekenen voor je burens? Of heb je juist wat hulp nodig van een ander of een organisatie? Wil je meer mensen (leren) kennen in jouw buurt? Kom langs bij Een Goede Buur. **Kosten** geen

Maandag t/m donderdag 9.00 - 12.00 uur

KOFFIE-INLOOP

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

Dagelijks kunt u binnenlopen voor een praatje en een kop koffie of thee. Ook de krant ligt voor u klaar om het nieuws uit de regio te kunnen lezen. **Kosten** koffie € 1,00 en thee € 0,80 per kopje

Iedere 3e maandag van de maand 9.30 - 12.00 uur **en om de twee weken op woensdag** 9.30 - 11.30 uur



QUILTING BEE

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

Quilting is een techniek waarbij verschillende lagen textiel worden doorgestikt en vaak ook de patchwork-techniek wordt toegepast. Er kan eindeloos worden gevarieerd met kleur, vorm, motief, etc.

Kosten € 1,00 per keer

Iedere 1e maandag van de maand, iedere week op dinsdag en woensdag 10.00 - 12.00 uur **en iedere week op woensdag** 12.30 - 14.30 uur

TEKENEN EN SCHILDEREN

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126 **Kosten** € 100,00 voor 10 lessen

Maandag 10.00 - 12.00 uur

KOFFIE-INLOOP EN INLOOPSPREEKUUR (ouderen)

't Trefpunt Professorenpad 1

Iedere maandag is er koffie-inloop in 't Trefpunt. Gezellig kletsen met buurtbewoners onder het genot van een vers kopje koffie of thee. Heeft u vragen aan de sociaal werker wijk? Zij is de hele ochtend aanwezig om u te adviseren of u te helpen met vragen die u heeft.

Kosten € 1,00, het tweede kopje koffie/thee is gratis



Maandag 10.00 - 12.00 uur

BUURTKANTOOR

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

Buurtkantoor voor hulp bij administratieve vraagstukken. **Kosten** geen

Op openingstijden HvdB Matilo

BILJARTEN

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

In de hal van het Huis van de Buurt staat een professionele biljarttafel. Op dinsdag- en woensdagavond is er een groep biljarters waar u zich bij kunt aansluiten. Voor meer informatie: tel. 071-541 25 15.

Kosten € 1,00 per keer

Maandag 12.00 - 14.00 uur

SPREEKUUR GGZ RIVIERDUINEN

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

Maandag t/m zondag 24 uur per dag open

SPEELTUIN DE SPEELSCHANS

Locatie Van Vollenhovenkade 22

De Speelschans is een open speeltuin. Dit betekent dat iedereen gratis toegang heeft tot de speeltuin. www.despeelschans.nl



Maandag, dinsdag en woensdag 10.00 - 16.00 uur

WERKPLAATS

Buurtontmoetingsplek Herenstraat 61

Een plek waar we nieuwe dingen maken van restmateriaal en afval. Ook pimpen we meubeltjes en plantenspotten. We staan open voor ideeën. Kom gezellig klussen. **Kosten** geen

Iedere 1e maandag van de maand 12.00 - 13.00 uur

BUURTSOEP! (ouderen)

't Trefpunt Professorenpad 1

Iedere eerste maandag van de maand kunt u aanschuiven voor een eenvoudige lunch bestaande uit een heerlijke zelfgemaakte soep en een broodje. Aanmelden vooraf is noodzakelijk. Dit kan tot uiterlijk een week voorafgaand aan de maaltijd. **Kosten** € 3,50

Maandag 13.00 - 14.30 uur **dinsdag** 13.30 - 14.30 uur

NEDERLANDSE LES VOOR BEGINNERS

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

Wilt u uw Nederlands oefenen, beter leren lezen en schrijven, uw woordenschat uitbreiden, geholpen worden met zinsopbouw?

Kosten € 1,00 per keer

Om de week op maandag

ENGELSE CONVERSATIE

Buurtonthoofdingsplek Herenstraat 61

Informeer naar de juiste tijden bij sociaal werker wijk Fransje Barnard, e-mail: f.barnard@libertasleiden.nl, tel. 06-8379 4154.

Kosten vrijwillige bijdrage voor koffie en thee

Maandag 13.00 - 15.00 uur

NAALD EN DRAAD

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

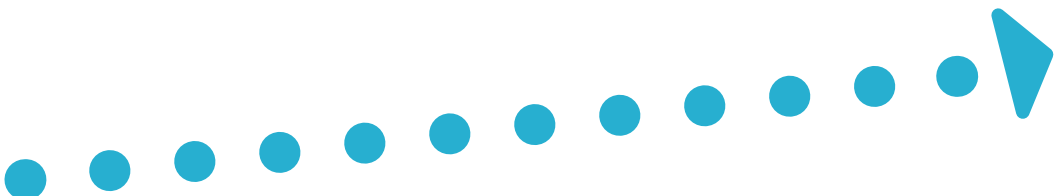
Zelf kleding maken in een gezellige sfeer. U werkt op uw eigen niveau en u krijgt persoonlijk advies. **Kosten** € 30,00 voor 12 keer

Maandag 13.00 - 16.00 uur

COMPUTERINLOOP

Buurtonthoofdingsplek Herenstraat 61

Hulp bij gebruik van laptops, tablets, mobieltjes/smartphones, foto toestellen. **Kosten** geen



Maandag, woensdag, donderdag en zaterdag 13.00 - 17.00 uur

ZELFREGIECENTRUM LEIDEN

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

Dinsdag andere locatie: Buurtontmoetingsplek (BOP) Willem Klooslaan 15

Een plek waar u dingen kunt doen die u leuk vindt en waar u geen indicatie voor nodig heeft. Bijzondere activiteiten: stemmenhoorders, muziek en ezelwandelingen. Elke woensdag: diamond painten van 15.00 tot 17.00 uur. Bekijk onze website voor het aanbod en aanvullende informatie: www.zelfregiecentrumleiden.nl **Kosten** geen

Maandag 13.30 - 16.30 uur

KOERSBALLEN VOOR SENIOREN

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

Koersbal is een plezierige sport en kan werkelijk door iedereen gespeeld worden. Koersbal kan in enkele minuten geleerd worden.

Kosten € 11,00 voor een strippenkaart voor 8 keer

Maandag 20.00 - 23.00 uur **en vrijdag** 9.45 - 11.45 uur

KLAVERJASSEN

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

Heeft u zin om te klaverjassen? Kom dan op maandag of vrijdag eens binnenwandelen en sluit u aan bij onze groep. **Kosten** € 1,00

DINSDAG

EEN GOEDE BUUR, KOFFIE-INLOOP, TEKENEN EN SCHILDEREN, BILJARTEN, WERKPLAATS, NEDERLANDSE LES VOOR BEGINNERS, ZELFREGIECENTRUM LEIDEN zie maandag

Dinsdag 9.30 - 11.00 uur en 11.15 - 12.45 uur



ITALIAANS

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

Heeft u in het verleden al eens een cursus Italiaans gedaan, en lijkt het u leuk om u weer te verdiepen in deze mooie taal en boeiende cultuur? Naast het spreken krijgt ook de kennis van land en volk de aandacht. Voor informatie en aanmeldingen, e-mail: aid.scheemaker@casema.nl of bel het buurtcentrum, tel. 071-541 25 15.

Kosten € 120,00 voor 12 lessen exclusief lesmateriaal

Dinsdag 9.30 - 11.30 uur

KLEDING EN ACCESSOIRES

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

Voor beginners en gevorderden. Leuke lappen in de kast, of zin in een leuke (en nuttige) hobby? Bij deze groep krijgt u deskundige begeleiding bij het naaien/vermaken van kleding op maat (patronen over te nemen uit patroonbladen of zelf kopen).

Kosten € 70,00 voor 12 lessen

Dinsdag 10.00 - 11.30 uur

BUUV

Buurtontmoetingsplek Herenstraat 61

BUUV-contactpunt. De buurtmarktplaats voor en door bewoners. Doe mee en word ook BUUV. Plaats een eigen bericht of reageer direct op iemand anders. **Kosten** geen

Dinsdag 10.00 - 11.30 uur

KOERSBAL

't **Trefpunt** Professorenpad 1 (tijdelijke locatie, info: Radius 071-707 42 00)



Iedere dinsdagochtend kunt u komen koersballen. Een enthousiaste groep deelnemers neemt het tegen elkaar op en er wordt met veel plezier gespeeld. Heeft u zin om mee te spelen?

Kosten € 78,00 per jaar en € 1,00 voor koffie of thee (2e kopje gratis)

Dinsdag- en woensdagochtend

SCHILLENBOER

Buurtontmoetingsplek Herenstraat 61

Op dinsdag- en woensdagochtend wordt er groente- en fruitafval opgehaald. Er is inmiddels een wachtlijst! Aanmelden voor deze lijst is mogelijk bij sociaal werker wijk Fransje Barnard, tel. 06-8379 4154.

Dinsdag 10.00 - 12.00 uur

BUURTKANTOOR

Buurtontmoetingsplek Herenstraat 61

Buurtkantoor voor hulp bij administratieve vraagstukken. **Kosten** geen



MEER BEWEGEN VOOR OUDEREN

GYMNASTIEK, YOGA, KOERSBAL, COUNTRY-LINE DANSEN

U kunt het programma vinden op de website:

<https://www.radiuswelzijn.nl/aanbod/activiteiten/bewegen>

Kom gerust een keer vrijblijvend kijken of het iets voor u is.

Bel of mail Radius voor meer informatie:

tel. 071-707 42 00, e-mail: info@radiuswelzijn.nl

BUURBOOK is het onafhankelijk, sociaal platform voor je buurt. Hier vind je activiteiten en bijeenkomsten van inwoners, verenigingen, organisaties en de gemeente:

SAMEN MAKEN WE DE STAD!

www.buurbookleiden.nl



CONTACTPUNT VOOR VRIJWILLIGE INZET

iDOE brengt door middel van matching via de vrijwilligers- en vacaturebank (groepen) vrijwilligers en organisaties bij elkaar.

iDOE vindt het belangrijk dat vrijwilligers zich inzetten op een manier die het best bij hen past. Daarom kun je een uitgebreid profiel invullen, passende vacatures ontvangen en - als je dat wilt - zelfs aangeven dat organisaties je mogen benaderen. Daarnaast biedt iDOE diverse workshops en trainingen aan en biedt ze de informatie die je nodig hebt om aan de slag te kunnen. www.i-doe.nl

Dinsdag en donderdag 10.00 - 12.00 uur
en woensdag 12.30 - 14.30 uur

COMPUTERCLUB

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

Een formulier invullen via internet? En een e-mail verzenden? Hoe doe je dat? Kunt u nog volgen wat uw kinderen doen op de computer? Vrijwilligers helpen u graag op weg met uw vragen over pc en internet.

Kosten € 1,00 per keer

Dinsdag 13.00 - 16.30 uur **donderdag** 9.30 - 12.30 uur

BRIDGE

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

Bridge is een kaartspel dat onder de noemer 'denksport' wordt geplaatst. Voor informatie kunt u bellen naar tel. 071-888 42 43 of mailen naar jeanne.vandijk@casema.nl

Kosten € 46,00 per jaar

Iedere 1e dinsdag van de maand 14.00 - 16.00 uur

VERHALENMIDDAG (ouderen)

't Trefpunt Professorenpad 1

Iedere eerste dinsdagmiddag van de maand kunt u deelnemen aan de Verhalenmiddag. Heeft u iets moois, bijzonders, interessants, droevigs of gewoon iets alledaags te vertellen of luistert u graag naar de verhalen van anderen, dan bent u van harte welkom. Iedereen die wil komt aan bod en degene die spreekt krijgt de gelegenheid om uit te spreken.

Kosten € 1,00 p.p.

Iedere 3e dinsdag van de maand 14.00 - 16.00 uur

FILMMIDDAG (ouderen)

't Trefpunt Professorenpad 1

Wilt u in ongedwongen sfeer naar de film, dan kan dat in 't Trefpunt. Iedere derde dinsdag van de maand trakteren wij u op een mooie film. Welke dat is, kunt u vragen aan de wijkmedewerker of belt u even met Radius voor meer informatie. **Kosten** € 2,50 p.p.

Iedere 4e dinsdag van de maand 14.00 - 16.00 uur

KLASSIEKE MUZIEKMIDDAG (ouderen)

Zorgcentrum Roomburgh Hof van Roomburgh 46

Iedere laatste dinsdagmiddag van de maand draait Agnes Luk klassieke

muziek en vertelt iets over de componist of het muziekstuk zelf. U kunt verzoeknummers indienen die de volgende keer worden gedraaid. Houdt u van klassieke muziek, kom dan eens luisteren.

Kosten € 2,50 p.p.

Dinsdag en vrijdag 15.30 - 17.00 uur

DE SPELENKAR

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126



De Spelenkar is een kar vol met speelgoed dat gratis in bruikleen wordt gegeven. Met dit speelgoed kun je, als je tussen de 4 en 12 jaar oud bent, in je eigen buurt fijn en veilig spelen. **Kosten** geen

Dinsdag 17.00 - 18.00 uur **woensdag** 9.00 - 10.00 uur en 11.00 - 12.00 uur

BODYCONDITIONING

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

Oefeningen op muziek, die kracht, souplesse en uithoudingsvermogen bevorderen. Er is veel aandacht voor een goede lichaamshouding en een goed figuur.

Kosten € 112,50 voor 30 lessen

Dinsdag 19.30 - 21.30 uur

KLEDING OP MAAT

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

Zelf kleding maken in een gezellige sfeer. U werkt op uw eigen niveau en u krijgt persoonlijk advies. Houdt u rekening met een wachtlijst.

Kosten € 30,00 voor 12 lessen

IEDER KIND RECHT OP ONTWIKKELING

JES werkt vanuit de overtuiging dat kinderen en jongeren gelijke rechten hebben op kansen, in het onderwijs en in de samenleving. JES streeft ernaar deze kansen te vergroten door preventieve, aanvullende en verrijkende programma's voor kinderen en jongeren van 0-18 jaar én hun ouders aan te bieden.

Meer informatie www.jesrijnland.nl info@jesrijnland.nl



Dinsdag, één keer per maand 19.30 - 22.00 uur

KAARTEN MAKEN

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

Al jaren een succes. Zelfgemaakte kaarten komen altijd van pas. Er zijn twee groepen. Gelieve zelf mee te nemen: een schaar, een pincet, een liniaal en een mesje.

Kosten € 50,00 voor 10 lessen

WOENSDAG

KOFFIE-INLOOP, QUILTING BEE, TEKENEN EN SCHILDEREN, WERKPLAATS, ZELFREGIECENTRUM LEIDEN zie maandag
SCHILLENBOER, COMPUTERCLUB, BODYCONDITIONING zie dinsdag

Woensdag 9.30 - 12.30 uur

BRIDGE (ouderen)

't **Trefpunt** Professorenpad 1

Op woensdagochtend komt de bridgeclub bij elkaar. Wilt u een keertje vrijblijvend komen kijken? Loop dan gerust eens binnen op de woensdagochtend!

Kosten u betaalt alleen uw koffie/thee

Woensdag 10.00 uur

GEZOND NATUURWANDELEN

Clubhuis Leidse Hockeyclub Roomburg Van Vollenhovenkade 20

De wandelingen starten om 10.00 uur en duren ongeveer een uur.

Deelname aan de wandelingen is gratis. Je kunt zo vaak komen als je wilt. Opgeven is niet nodig. Na afloop is er gelegenheid op eigen kosten een kop koffie of thee te drinken.

Woensdag 10.00 - 11.30 uur

CREATIEVE GROEP

Buurtontmoetingsplek Herenstraat 61

(tijdelijke locatie, info: Radius 071-707 42 00)

Op woensdagochtend komt de creatieve groep bij elkaar. Er worden leuke dingen gemaakt en de sfeer is altijd goed! Nieuwe deelnemers zijn van harte welkom. Voor meer info: tel. 071-707 42 00.

Kosten € 1,00 voor koffie of thee (2e kopje gratis)

Woensdag 14.00 - 15.30 uur

KNUTSELCLUB VOOR KINDEREN

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

Aan deze leuke knutselclub kun je zomaar meedoen om leuke dingen te maken, die je aan het eind mee naar huis mag nemen! De leeftijd is van 4 t/m 12 jaar. **Kosten** € 1,00 per keer

Woensdag 14.00 - 16.00 uur

ARABISCHE LES VOOR KINDEREN

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

Kosten € 1,00 per keer

Woensdag 18.00 - 20.00 uur

ROOMPOT (ouderen)

Zorgcentrum Roomburgh Hof van Roomburgh 46

Om de week, op woensdagavond, kunt u genieten van een heerlijk diner dat wij organiseren in samenwerking met het restaurant van Roomburgh. Woont u in de (directe omgeving) van de Professorenwijk, dan bent u van harte welkom om met ons mee te eten! Voor vervoer kan worden gezorgd. Opgeven kan bij de receptie of bij de sociaal werker wijk van Radius, tel. 071-707 42 00.

Kosten € 10,00 inclusief vervoer (indien gewenst)

Woensdag 19.30 - 21.00 uur

ITALIAANSE LES VOOR BEGINNERS

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

Italiaans voor beginners, niveau A1.

Kosten € 120,00 voor 12 lessen exclusief lesmateriaal

Iedere 2e woensdag van de maand 19.30 - 22.00 uur

BINGO

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

Kosten vanaf € 6,00 voor 6 rondes

Woensdag 19.30 uur

ITALIAANSE LES

Buurtontmoetingsplek Herenstraat 61

Conversatie voor gevorderden. **Kosten** geen

Woensdag 20.00 - 22.00 uur

LEESCLUB

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

Veel mensen houden van lezen en het is leuk om met anderen te delen wat je van een boek vindt. De data zijn: 15 januari, 26 februari, 15 april, 27 mei, 1 juli 2020

Kosten € 1,00 per keer.

DONDERDAG

EEN GOEDE BUUR, KOFFIE-INLOOP, ZELFREGIECENTRUM LEIDEN

zie maandag **COMPUTERCLUB, BRIDGE** zie dinsdag

Donderdag 10.00 - 12.00 uur

HOBBYCLUB (ouderen)

't Trefpunt Professorenpad 1

Op donderdagochtend is de hobbyclub actief. U kunt maken wat u wilt: ansichtkaarten, een breiwerkje, maar ook alleen een kopje koffie drinken en een praatje maken behoort tot de mogelijkheden. Kom eens een kijkje nemen. U bent van harte welkom!

Kosten € 1,00, het tweede kopje koffie/thee is gratis



Donderdag koffie 10.30 - 11.15 uur en **themabijeenkomst** 11.15 - 12.30 uur

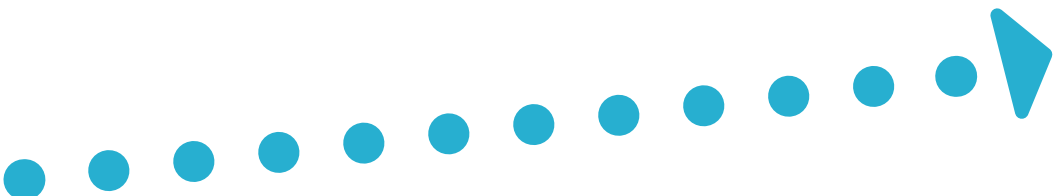
KOFFIE-INLOOP EN THEMAOCHTENDEN (ouderen)

Trigon Cronesteinkade 19

Bij het Ouderencontact Profburgwijk kunt u iedere week terecht voor koffie en voor ontmoetingen met lezingen, discussies, films etc. Let wel: dit is een wijkgebonden activiteit. Deelname is uitsluitend voor bewoners van de Professoren- of Burgemeesterswijk.

www.ouderencontactprofburgwijk.nl

Kosten € 2,50 voor koffie, deelname programma en tablet-ondersteuning is beschikbaar



Donderdag 12.30 - 13.30 uur

SOSJAAL, SAMEN HANDWERKEN

Buurtontmoetingsplek Herenstraat 61

Samen handwerken, het maakt niet uit wat, haken breien of iets anders. Het kan allemaal. **Kosten** geen

Donderdag 19.00 - 20.30 uur

BALLROOM DANSEN

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

Ballroom dansen voor beginners en mensen die een opfriscursus willen doen. Van de Quickstep, Engelse wals of de Jive, u kunt het allemaal leren. De lessen starten op 9 januari.

Kosten € 50,00 voor 8 lessen

RESTO VANHARTE IN LEIDEN ROOMBURGH

Maandag inloop 17.30, start diner 18.00 uur

Zorgcentrum Roomburgh Hof van Roomburgh 46

Resto VanHarte is dé plek voor een gezonde en betaalbare maaltijd inclusief leuke en inspirerende gesprekken met tafelgenoten. Want eten doen wij het liefst gezellig samen. Of je nu alleen komt, met je ouders, je burens of een groep vrienden. Aanschuiven aan tafel bij Resto VanHarte voelt gegarandeerd als een gezellige avond uit!

Kosten volwassene € 7,00 of € 4,00 voor mensen met een kleine portemonnee, kinderen € 3,50 (< 12 jaar).

Reserveren verplicht via www.reserveren.restovanharte.nl (gratis) of 0900 - 900 3030 (35ct per gesprek).



Hét recept voor
een betere buurt

Wij zoeken jou!

Ben jij een organisatietalent, wil je samen koken of misschien op een andere manier je inzetten voor een ander? Dan is Resto VanHarte op zoek naar jou!

Kom eens langs of stuur een mail naar info@restovanharte.nl ovv Resto Leiden.

VRIJDAG

KLAVERJASSEN zie maandag **DE SPELENKAR** zie dinsdag

Vrijdag 10.00 - 11.30 uur

SCHILDERSGROEP

Atelier Dick Bakhuizen van den Brink Haagweg 4

(tijdelijke locatie, info: Radius 071-707 42 00)



De schildersgroep komt wekelijks bijeen op vrijdagochtend. U hoeft geen kunstschilder te zijn om mee te doen! Met enthousiasme komt u een heel eind.

Kosten € 1,00 voor koffie of thee (2e kopje gratis) en een maandelijkse bijdrage voor het de professionele begeleiding door kunstschilder Dick Bakhuizen den Brink.

Vrijdag 11.00 - 12.00 uur

BAKKIE DOEN

Buurtontmoetingsplek Herenstraat 61

Bakkie doen, gezelligheid, dan beginnen we wat later.

Kosten geen

Vrijdag 19.00 - 23.00 uur

COUNTRY LINE DANCE

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

Kosten € 2,50 per keer



Vrijdag 19.30 - 22.30 uur

KLAVERJASCLUB (ouderen)

't Trefpunt Professorenpad 1

Iedere vrijdagavond kunt u gezellig klaverjassen met elkaar. Bij deze activiteit zijn nieuwe deelnemers van harte welkom! Kom eens een keertje vrijblijvend meespelen! **Kosten** € 2,00

ZATERDAG

ZELFREGIECENTRUM LEIDEN zie maandag

Iederere 2e en 4e zaterdag van de maand 10.00 uur

RAAPSTELLEN

Buurtontmoetingsplek Herenstraat 61

Doe mee met de Raapstelen en raap de buurt schoon!

Zaterdag 10.00 - 12.00 uur

BIODANZA

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

Met behulp van muziek en dans worden vivencia's (intense hier en nu belevenis) gegenereerd. Voor informatie en aanmelden: 06-4329 1630 of mail: biodanzametregina@gmail.com

Iedere 3e of 4e zaterdag van de maand 13.00 - 17.00 uur

REPAIRCAFÉ

Buurtontmoetingsplek Herenstraat 61

Voor de data: houd de aankondiging in de gaten. Reparatie van kleine huishoudelijke apparatuur en computers. Weggooien kan altijd nog.

Kosten een vrijwillige bijdrage wordt op prijs gesteld

ZONDAG

Zondag 11.00 - 15.00 uur

SHIATSU MASSAGE EN ACCUPUNCTUUR

Huis van de Buurt Matilo Zaanstraat 126

De behandeling is voor mensen die last hebben van onder andere vermoeidheid, stress, slapeloosheid, reuma, hoofdpijn, pijnklachten, allergieën en dergelijke. Op afspraak, bel 071-541 25 15.

Kosten € 5,00 per behandeling

Iedere 1e zondag van de maand 13.30 - 17.00 uur

OPEN MIDDAG

Buurtontmoetingsplek Herenstraat 61

Open middag voor bijvoorbeeld spelletjes. Soms zijn er bijzondere activiteiten in het weekeind. Let op de aankondigingen. **Kosten** geen



ALS KOKEN NIET MEER LUKT



Maaltijd aan Huis is de maaltijdservice van Radius. Deze dienst is een uitkomst als het koken een belasting wordt. Een lekker stampotje met een balletje gehakt, een pittige Indische maaltijd of één van de andere heerlijke kant-en-klaarmaaltijden van Maaltijd aan Huis.

Elke week heeft u de keuze uit 75 verschillende koelverse maaltijden, 15 soepen en 15 toetjes. Bestellen kan al vanaf twee maaltijden in de week. Daarnaast hebben wij ook een assortiment diepvriesmaaltijden. Lekker en gemakkelijk bij u thuisbezorgd! Het assortiment biedt ook een ruime keuze uit dieetmaaltijden waaronder eiwitverrijkte of natriumarme maaltijden. Deze gezonde en smakelijke maaltijden hoeft u alleen maar op te warmen in de magnetron.

Maaltijd aan Huis bezorgt maaltijden in Leiden, Leiderdorp, Voorschoten en Oegstgeest. Onze gemotiveerde vrijwilligers brengen de maaltijden zo nodig tot in de koelkast en houden een oogje in het zeil.

Het bestellen gaat door middel van een papieren menulijst, zo nodig kunnen mantelzorgers per e-mail bestellen. Wij komen eenmaal in de week langs met de bestelling. U hoeft niet te betalen aan de deur.



Wilt u meer informatie of wilt u Maaltijd aan Huis een keer proberen? Vraag dan naar ons vrijblijvend kennismakingspakket.

Maaltijd aan Huis is ma t/m do tussen 08.30 en 13.30 uur bereikbaar via tel.nr. 071-707 42 00 of via info@radiuswelzijn.nl. Meer informatie kunt u ook vinden op www.radiuswelzijn.nl.

Voor ons enthousiaste team van Maaltijd aan Huis zijn wij op zoek naar vrijwilligers. Wilt u hierover informatie of u aanmelden dan gebruikt u bovenstaande contactgegevens.

OPENINGSTIJDEN

Een Goede Buur in Roodenburg

Huis van de Buurt Matilo

Zaanstraat 126, 2314 XH Leiden

071-541 25 15

roodenburg@eengoedebuurl.nl



Buurt Ontmoetings Plek (BOP)

Herenstraat 61, 2313 AG Leiden

071-512 04 83



Openingstijden

Maandag- en dinsdagochtend

tussen 9.00 en 12.00 uur

Donderdagmiddag

tussen 13.00 en 16.00 uur



't Trefpunt

Professorenpad 1, 2313 TA Leiden

071 707 42 00

Maandag tussen 10.00 en 12.00 uur

Wil je weten wat er in de wijk te doen is? Wil je iets betekenen voor je burens? Of heb je juist wat hulp nodig van een ander of een organisatie? Wil je meer mensen (leren) kennen in jouw buurt? **Doe jij mee met Een Goede Buur?**

www.eengoedebuurl.nl

roodenburg@eengoedebuurl.nl

Voor elkaar in de wijk